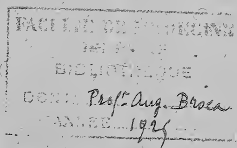
GALENI OPERVM
SECVNDVS TOMVS
SCRIPTORVM EIVS OMNIVM

CLASSEM SECVNDAM CONTINENS, QVAE totius artis partem minime postremam complectitur, quorum librorum catalogum uersa pagina docebit.





BASILEAE M. D. XLIX.



IN HAC SECVNDA CLASSE CONTINENTVR

Omnia per Ianum Cornarium Medicum Physicum recognita, & innumeris locis emendata.

HIPPOCRATIS DE AERE, AQVIS, ET LOCIS LIBELLVS, IANO CORNARIO MEDICO INTERPRETE.

Galeni Commentaria desiderantur.



VICVNQVE artem me-
dicam integre adsequi ue
lit, primum quidem tem-
porum anni rationem ha
bere debet, quantum po-
tentia quodlibet eorũ ua
leat: nõ enim simile quic-
quam in illis existit: uerũ differunt inuicem
propter uarias quę in eis fiunt mutationes.
Deinde uentorũ calidorumq; et frigidorũ,
maxime qui ex his omnibus hominib. sunt
cõmunes, & mox qui in unaquaq; regione
sunt indigenæ & proprij. Neq; uero negli-
gentiorem se circa aquarum facultates cog
noscendas exhibere cõuenit. Quemadmo-
dum enim gustu differũt, & pondere ac sta
tione, sic quoq; uirtute aliæ alijs longe præ
stant. Quare si quis ad urbem sibi incogni-
tam perueniat, circumspicere oportet eius
situm, quo modo scilicet ad uentos, & solis
exortũ iaceat: non enim ęquales uires sunt,
ad Septentrionem sitæ, & uergentis ad Au
strum, neq; eius quæ solem exorientem, &
quæ eundem occidentẽ spectat. Hæc itaq;
diligẽter oportet perscrutari, ac simul quo
modo habeant circa eam aquæ: numne pa-
lustribus utantur & mollibus, aut duris &
ex sublimi loco prolabentibus & scaturien
tibus ex petris, siue salsis, & crudis. Terra
etiam consideranda, nudáne sit & aquis ca
rens, aut densa & aquosa, & an concaua sit
& æstuosa, uel alta & frigida. Hominũ insu
per diæta perquirẽda, qua maxime capian-
tur: an bibuli sint & lurcones & ocio dedi-
ti, aut exercitijs uarijs utentes, & tolerãtes
laborum, ciborumq; plus adpetẽtes quàm
poculorum. Ex his enim singula sunt inue-
stiganda. Nam qui hæc omnia probe, quan
tum fieri potest, cognouerit, aut horũ plu-
rima, eum nõ latere possunt cum in urbem
etiam ignotam sibi peruenerit, neq; morbi
regioni peculiares & patrij, neq; cõmunis
regionis natura, quæcunq; tandem ea fue-
rit, ut non posit in cognoscendis morbis
dubius hærere, aut errare sicubi ad morbo

A rum medicationem adhibeatur. Quæ am-
bo illis euenire solent, qui non prius proui-
di hæc diligenter cognouerunt. Quare qui
ea studiose rimatus fuerit, uniuscuiusq; tem
poris, ac anni futuri constitutionem prædi
cere poterit, qui uidelicet morbi communi
adfectione ciuitatem sint inuasuri tum æsta
te, tũ hyeme, & quæcũq; pericula unicuiq;
sint timenda ex diætæ ac uictus immutatio
ne: cum enim temporum mutationes, & a-
strorũ ortus ac occasus obseruauerit, quem
B admodum singula horum eueniant, præno
scet utiq; & de anno, qualis sit futurus. hoc
nanq; modo siquis rimatus fuerit ac præco
gnouerit temporũ occasiones, maxime de
singulis sciet, ut plurimumq; sanitatẽ adse-
quetur, & recta uia procedet. nõ minima ar
tis suæ gloria. Quòd sicui hęc sublimiora ui
deantur, & ab hac sententia dissideat, is no-
uerit non minimã partẽ cõferre ad rem me-
dicam ipsam Astronomiã, sed omnino plu
rimã, cum unà cum temporibus & uentri-
C culi in hominibus mutẽtur. Quomodo au-
tem singula quæ diximus scrutari ac explo
rare oporteat, deinceps dicam manifeste.
Quæcunq; quidẽ ciuitas ad uentos sita est
calidos, puto autẽ eos qui inter brumalem
solis exortum itidemq; occasum perflant,
huic hi uenti sunt peculiares. A septentrio-
nalibus autem uentis tuta ac protecta ea ci-
uitas existit. Aquæ uero eius multæ & sub
salsæ sunt, & necessario non sublimes, æsta
te quidẽ calidæ, hyeme frigidæ. * Et intesti
D norum leuitates & aqua intercus ferè reli-
quis morbis desinentibus superueniũt, cũ
nõ queant facile uentriculi à cõcepta humi
ditate exiccari. Si autem æstas pluuiosa sit
& austro multum perfletur, similisq; sequa
tur autumnus, necesse est hyemem morbi-
dam esse, & ijs qui pituita abundant, & qui
quadragesimum annum excesserũt, febres
ardentes fieri uerisimile est: qui uero bile a-
bundant, costarum abscessus & pulmonis
pleuritidas ac peripneumonias dictas. Si
uero æstas sicca existat, & austro perfletur,

sequens uero autumnus pluuiosus, uentis septentrionalibus uigentibus capitis dolores ad hyemem expectare conuenit, & cerebri corruptiões, ampliusqꝫ raucedines, grauedines, & tusses, aliquibus etiam tabes. Quòd si Borealis sit æstas ac sicca, neqꝫ sub caniculam, neqꝫ sub Arcturi occasum pluuiosa, confert pituitosis natura, & maxime qui natura sunt humida, & mulieribus. Biliosis autem infestissimum hoc tempus existit. Valde enim exiccantur, acciduntqꝫ eis lippitudines aridæ, & febres acutæ, ac diuturnæ, & aliquibus bilis atra. siquidẽ quod liquidissimũ & aquosissimũ in bile est consumitur, densissimũ uero & acerrimũ relinquitur: quod idem accidit secundũ eandem rationẽ et circa sanguinẽ, unde hi morbi his accidunt: pituitosis autẽ hæc omnia cõmoda sunt. Exiccantur enim & in hyemem perducuntur, ab alijs in alia resiccati. Si uero hyems Borealis sit et sicca, uer autem austrinum & pluuiosum, æstate lippitudines fiẽt fortes, pueris et mulieribus febres. Hæc igitur si quis mente concipiet & considerabit, is præcognoscet plurima omnino quæ ex huiusmodi mutationibus sint futura. Maxime autem obseruare oportet magnas temporũ mutationes, ut neqꝫ medicinas in illis libentes exhibeamus, neqꝫ uramus quæ circa uentrem: neqꝫ secemus, prius quàm prętereant dies decem aut plures, & non pauciores. Periculosissima sunt etiã ambo solstitia, maxime uero æstiuũ. Periculosum etiam æquinoctium utrunqꝫ, magis uero autumnale. Oportet autẽ & astrorũ exortus cõsiderare, præcipue Canis, deinde Arcturi, & Pleiadũ occasum. Morbi enim in his maxime diebus iudicantur, alijqꝫ perimũt, alij uero desinunt, aut in aliam speciẽ, aliũqꝫ statum transmutãtur. Et circa hæc quidem sicut dixi habet. Volo aũt & de Asia & Europa demonstrare, quantũ differãt inter se per omnia, & de gentium formis quid distent, et nihil inuicem simile habeant. Verũ de omnibus si quis dicere uelit, in immensum excresceret sermo: quare de maximis, & plurimum differentibus diuersitatibus dicam, quantũ saltẽ mihi in ea re est cõpertum. Ac dico quidẽ plurimũ differre Asiã ab Europa secundum naturas omnium ex

A terra nascentium, itemqꝫ hominum. Longe enim pulchriora & maiora omnia nascunt̃ in Asia. Estqꝫ regio ipsa, hac nostra multo mansuetior, sunt etiam hominũ gentes benigniores & cultiores. Causa uero horũ est temporum anni temperata mistura. Siquidem in medio solis exortu sita est ad auroram, à frigiditate ac caliditate omni remotior. Incrementum autem & benignitatem inde proficisci omnibus in cõfesso est, cum nihil sit præcellens & cogens uiolenter, sed per omnia æqualitas uigeat, quanqꝫ
B non habeãt ubiqꝫ per omnẽ Asiam omnia secundum eundem modũ. Quæcũqꝫ enim in ea regio in medio sita est calidiqꝫ & frigidi, ea omniũ fertilissima existit, & arboribus refertissima, & maxime serena, aquisqꝫ utitur & cœlestibus & ex terra promanantibus. Neqꝫ enim à calore combusta est ualde, neqꝫ à squalore & aquarũ inopia exiccatur, neqꝫ à frigore oblæditur. Verũ austris perflat̃, & irrigua est, tum propter imbres multos, tum propter niues. Fructus autem suo tẽpore maturos, multos in ea nasci par est, siue ex sparsis seminibus hi proueniant,
C siue terra ipsa per se sponte producat eorũ plantas. quarũ fructibus utuntur homines, eas ex agrestibus cicures & domesticas faciẽtes, & pro cõmoditate sua transplantantes. Pecora etiam ipsa pleniora proueniũt, quæ & pariũt sæpius, & pulcherrime educantur. Quin et homines habitiores esse, ac specie pulcherrimos, & magnitudinis eximiæ, minimeqꝫ differentes quantum ad formam ac corporum proceritatẽ attinet, constat. Certumqꝫ est hanc regionem proxime accedere ad naturam ac temperaturã optimæ
D constitutionis, uerum uirilitatem, laboris tolerantiam, ac audaciam non uerisimile est huic naturæ innasci, Sicut neqꝫ eiusdem neqꝫ diuersi generis constantes ac perpetui sunt amatores. Vincit eñ in ipsis uoluptas, quæ ratio est multiformes generari partus, præcipue in feris. Atqꝫ sic quidẽ de Ægyptijs ac Libycis mihi habere uidetur. De ijs uero qui ad dextram hyberni ortus solis usqꝫ ad Meotidem paludem habitant (Hic est enim Europæ & Asiæ terminus) sic habet. Multo maior diuersitas est inter illas ipsas gẽtes, quàm de quibus iam dixi,

cum

cum propter uarias temporũ mutationes, A tum ob regionis naturã. Habet autẽ eodem planè modo, quemadmodũ & circa aliorũ hominũ terras accidit. Vbi enĩ tẽpora magnas mutationes faciunt & frequentissimas, illic & regio agrestis & maxime inæqualis existit, inueniasq; & montes plurimos & densos, itemq; campos, & prata, Vbi autẽ ualde uariant tempora, illic æqualissima regio est, quod idẽ & de hominibus ipsis est intelligendum. Siquis enim recte consideret, uidebit quorundã naturã, montanis, syluosis ac asperis locis similem esse, aliorũ uero aquosa ac exilia loca referre: sicut quidã pratorum ac paludum naturã præ se ferũt, atq; alij sunt quorũ planitiebus nudisq; ac siccis terris constitutio similis existit. Tempora enĩ quæ formarũ naturã uariant, sunt diuersa: cum ergo inter sese fuerint maxime diuersa, uarias et multiplices formas producunt. Porrò quæ parum inter se differunt gentes relinquã, Quæ autẽ plurimũ nõ natura solum, sed & legibus ac consuetudinibus discrepant, de illis referã quomodo habeant. Ac primũ omnium de Macrocephalis, cum nulla omnino alia gens sit, quę simi C lia capita habeat. à principio quidem consuetudo in causa fuit, ut tam longis capitib. essent. Nunc autem natura ipsa cum cõsuetudine cõspirauit, Siquidem generosissimũ apud eos putatur caput habere quammaxime longum: consuetudinis autem hoc initium fuit. Cum recẽs infans natus est, caput eius adhuc tenerum ac molle existẽs quàm celerrime constringunt manibus, coaptantesq; cogunt in longitudinem augeri, quin & uinculis connectunt, ac aptis instrumentis colligant, quo rotunditas capitis prohi D beatur, ac longitudo augeatur. Ea consuetudo tantum effecit ut eiusmodi natura capitum existeret. Temporis uero progressu natura quoq; tales produxit, ut nõ esset necesse consuetudine priore cogere. Cũ enim semen genitale ab omnibus corporis membris procedat, à sanis quidem sanũ, à morbidis morbosum, fiatq; ut ex caluis calui gignantur, ex cæsiis cæsii, & ut plurimũ distortus distortum generet, eademq; ratio sit circa reliquas formas, quid prohiberet ut non ex Macrocephalis Macrocephali gignerentur? Nunc autẽ non nascunt̃ ita magnis capitibus quemadmodum prius, cum cõsuetudo non amplius duret, per incuriam hominũ intercepta. Et de his quidem hæc sufficiãt. De illis autẽ qui Phasim accolunt adijciã. Regio eorũ palustris est, calida, aquosa & densa: imbresq; in eam decidunt omnibus tẽporibus & magni & impetuosi. Homines uero ipsi uitã agunt in paludibus: domosq; ligneas & ex arundinibus in ipsis aquis habẽt extructas: neq; multũ inde prodeunt, ut adeant uel emporia uel urbes, Verum nauiculis ex uno ligno fabrefactis per B meant sursum ac deorsum: habẽt enĩ fossas ac ductus aquarũ plurimos. Bibunt autẽ aquas calidas & stagnãtes, quę & à sole sunt putrefactæ, & ab imbriũ casu auctæ. Ipseq; fluuius Phasis omniũ fluuiorũ stagnantissimus est, & qui lentissimo cursu ꝓfluat. Fructus autẽ qui illic nascuntur omnes insalubres sunt, euirati imperfectiq; præ multitudine aquarũ, neq; unq; maturescunt. Atq; cum multus aer ab aquis regionẽ occupet, ob hãc ipsam causam q̃d ad formã ac corporum speciẽ attinet, Phasiani sunt à reliquis hominibus longe diuersi. Sunt enim magnitudine ingenti, ac corpulẽtia ualde excellẽti, neq; iuncturæ eorũ ullæ, neq; uenæ cõparent, pallidumq; præ se ferunt semper colorẽ, quemadmodũ qui regio sunt obnoxij morbo: loquunt̃ autẽ ut si qui alij omnium hominũ grauissime, nimirũ aere utẽtes non sereno, sed obscuro, et maxime humectato: sunt insuper ad laborẽ à natura ipsa segniores. Anniq; tẽpora non uarias habent, neq; ad æstũ, neq; ad frigus ꝑmutationes. Venti aũt eis sunt plurimi Austrini omnes, præter unum eius regionis propriũ & indigenam, qui aliquãdo uiolentior ac molestior calidus existens spirat, quẽ Cenchrona patrio uocabulo appellant. Verũ Boreas non ualde ad eos pertransit, ꝙ si aliquando spiret, debilis tamen existit ac ualde lenis. De natura ergo ac diuersitate & forma eorum qui Asiam & Europam incolunt, ita habet. Quòd autẽ timidiores, effœminatiores, ac imbelles præ Europæis Asiani existãt, moribusq; mansuetiores, tempora ipsa anni in causa sunt, quæ nõ magnas permutationes faciunt, neq; caloris, neq; frigoris, sed sem-

per æqualia permanent, unde neq; mentes ſtupore percelluntur, neq; corpora fortem transmutationẽ incurrunt. A quibus ueriſimile eſt iram exaſperari, cognitionemq; & calorẽ amplius excitari, q̃ ſi ſemper in eodem ſtatu quis perſiſtat. Mutationes enim ſunt quæ hominis mentẽ ſemper excitant, neq; ſinũt quieſcere. Propter quas ſanè cauſas imbelle uniuerſum Aſianorũ genus exiſtit, atq; adhuc amplius propter leges. Multo maxima eñ Aſiæ pars ſub Regibus eſt. Vbi autẽ non in ſua poteſtate uiuunt homines, neq; ſui iuris ſunt, ſed dominis ſubiecti, ibi non multũ curioſi ſunt quomodo ſe ad bellum apparẽt, imò magis hoc curant, ut ne bellicoſi uideantur. Pericula enim eis non æqualia inſtant. Nam hi in militiã proficiſci, laboresq; perferre, ac mortem oppetere pro dominis ſuis coguntur, relictis interim domi liberis, uxoribus, ac reliquis amicis: atq; ſiquidem uiriliter & feliciter bellum geſſerint, dominis inde cõmoda accedunt, eorũq; facultates inde augentur. Verum ipſis preter pericula et cædes, nihil demetitur. Proinde neq; horũ hominũ regionem frequenter habitatam eſſe neceſſe eſt, Imò eam propter inertiam bellicã ac ocium à pleriſq; relinqui. Vt enim quiſq; maxime à natura uirilis & magnanimus eſt, ita plurimũ eius animus leges auerſatur: cuius rei magnũ indiciũ uel inde habere licet, quòd quicunq; in Aſia Græci itemq; Barbari dominis non ſubſunt, ſed iure ſuo degunt, ſibiipſiſq; omnes labores lucrifaciũt, illi bellicoſiſsimi omnium exiſtunt. Periclitantur enim ipſi ſibi, uirilitatiſq; prẽmia ipſi reportant, ſicut timiditatis ac ignauiæ pœnã luũt pariter. Inuenias autẽ & Aſianos ipſos inter ſe plurimum differẽtes, generoſiores alios, alios degeneres, quorum omnium cauſa ad temporum mutationes eſt referenda, quemadmodum & in præcedentibus dixi. Atq; ſic quidem habet in Aſia. In Europa uero genus hominũ eſt Scythicũ, circa paludem habitans Mæotim, quod à reliquis gẽtibus maxime differt. Sauromatæ appellantur. Horum fœminæ equites ſunt, arcubus utũtur, ac ſagittas iaculantur ex equis, cum hoſtibus cõgredientes, dum uirgines exiſtunt, neq; deuirginãtur prius, q̃ hoſtiũ

A tres cõfecerint, neq; prius maritis cohabitant, quàm ſacra deo patrio more fecerint. Quòd ſi qua ſibi uirũ acceperit, ab equitatu libera eſt, niſi neceſsitas cogat communi expeditione omnes exarmari. Dexterã autem mammã non habent. Nam puellis adhuc infantibus matres æreo inſtrumẽto in hunc uſum parato, igneq; candefacto eam auferũt, ac exurunt, ne iterũ ſuccreſcere cõtingat, atq; ut omnis uis ac robur in dextrũ humerũ & brachiũ deferatur. Cæterũ reliqui Scythæ, quod ad formã attinet, ipſi ſibi B ſimiles ſunt, aliis diſsimiles. Sicut quoq; Ægyptii ipſi inter ſe, præterq; ꝙ hi à uehementi calore, illi ab intenſo frigore ſunt cõpreſsi. Verũ ſolitudo quæ Scythica dicitur, in planicie ſita eſt, pratis abundans, ſublimis & mediocriter aquoſa. Sunt enim fluuii in ea magni, in quos aqua ex cãpis per riuos deducitur. In hac itaq; Scythæ degũt, qui Nomades uocantur, propterea ꝙ nullas habeant domos, ſed in curribus habitant. Sunt autẽ currus ex quibus minimi quatuor rotis, reliqui ſex circumagunt̃. Sunt etiã luto obturati ac inſtar domorũ fabrefacti, aliqui C ſimplici, aliqui etiã triplici tabulato, Vnde robur illis ineſt aduerſus omnes iniurias aquarũ, niuis ac uentorũ propellendas. Trahunt currus aliquos quidẽ boũ paria duo, aliquos tria. atq; hi cornibus carent, cũ præ frigore regionis cornua eis non enaſcãtur. In his itaq; curribus degunt mulieres. In equis autẽ uehunt̃ uiri. Sequunt̃ autẽ ſimul oues, boues & equi. Tandiu deinde in uno ſubſiſtũt loco, dum ſufficit ipſis pecoribus pabulum, quo deficiẽte in aliam regionem cõmigrant. Veſcunt̃ autẽ ipſi carnibus co- D ctis, bibuntq; lac equinum, comedũt etiam hippacen, id autẽ eſt caſeus equinus. Hactenus ergo de uictu et moribus diximus, temporibuſq; anni ac formis, quę à reliquis hominibus longiſſime ſunt Scythiæ genti diuerſæ. Ipſa enim ſibi inter ſe gens ſimilis exiſtit, quemadmodũ & gens Ægyptiorum. Minime autem fœcũda ea gens eſt, regioq; ipſa minimas feras enutrit, neque numero, neq; ſpecie inſignes. Sub ipſis enim Vrſis Riphæiſq; montibus ſita eſt, unde Boreas ſpirat, Solq; ipſe ſupremo æſtiuo ſolſtitio deficiens proxime accedit, ac tum quidem

exiguo

A exiguo tempore calefacit. Neq; uero uenti à calidis locis spirantes ualde ad eam regionem penetrant, nisi parumper & debiles. Verũ ab Vrsis uenti procedentes sunt illic perpetui frigidi, à niuib. glacie, imbribusq; condensati. Qui nunquã à montibus decedũt, ut propterea etiam inhabitabiles fiãt. Aerq; ipse totũ ferè diem nubilus campos occupat. Ipsi uero in humidis locis degũt. Et ferè perpetua est ipsis hyems, æstas autem paucissimis diebus, atq; illis non ualde multa. Sũt enim planicies eminẽtiores, & nudæ, neq; ullis montibus circumseptę, B sed ferè sub ipsis Vrsis accliues. Neq; feræ nascuntur illic magnæ, sed quales possibile est sub ipsa terra cõtegi. Prohibet enim hyems & nuditas terrę, quę & diuerticulis & umbraculis caret, propter temporum anni mutationes, neq; multas neq; fortes, sed similes semper, uel parum admodũ diuariantes. unde & formas corporũ inter se similes habent, cum eodem utantur uictu & amictu, æstatis & hyemis tempore, attrahũtq; aerem aquosum, condensatũ, aquã insuper bibentes à niuibus & glacie resolutã, nullo etiam corporis exercitio accedente, cũ non C uerisimile sit corpus aut animũ ullis exercitationibus apta fieri, ubi nõ mutatiões temporũ fiunt fortes. Propter quas causas formæ eorũ sunt crassæ & carnosæ. Iuncturæ uero humectæ & inefficaces, uentriculiq; humidi oẽs, maxime omniũ tamen inferior aluus, Nequit enim ipsa exsiccari in eiusmodi cum regionis, tũ naturæ & temporis cõstitutione. Sed pinguedine & nuditate carnis formę inuicẽ sunt similes, masculorũ masculis, & fœminarũ fœmellis. Tempora eñ cũ sint inter se similia, nullas corruptiones, D neq; malignitates inferunt in seminis genitalis misturã ac cõpactionem, nisi quiddam aliud fortuito uel casu contingat, aut à morbo. Magnum aũt argumentũ humiditatis corporũ Scytharũ hoc exhibebo. Multos eñ ipsorũ, præcipue qui Nomades sunt, reperias exustos humeros ac brachia habentes manuumq; iuncturas, pectora, coxas, et lumbos, nullã sanè aliam ob causam, nisi ob humoris & molliciei naturæ detractionẽ. Nam neq; arcus intendere, neq; telum torquere possunt præ impotentia humiditatis humerorum: cum aũt uruntur, humor ipse à iuncturis exoluitur, fiuntq; corpora ipsorum ualidiora, melius nutriuntur, et magis redduntur articulorũ usu potentia. Fluida uero fiũt ac lata, primũ propterea q; fascijs non colligãtur, quemadmodũ fieri solet in Ægypto. Deinde q; nõ animaduertũt quo modocunq; inter equitandũ equis insideant. Postremũ etiam propter desidiã perpetuam. Masculi enim eorum antequã potentes fiant equos conscendere, atq; in illis uehi, plurimũ temporis desident in curribus, raroq; prodeunt ut inambulent, propter exilia ac perpetuas circulatiões. Muliebriũ autem corporum formæ ad miraculũ usq; fluxæ existunt. Porrò Scytharũ gens fului ualde coloris existit, ꝓpter frigus ingẽs. Non enim uehemẽs accedit ad eos sol, à frigore uero albedo exuritur & fit fulua. Neque uero possibile est fœcundã esse eorum naturam, cum uiri minime cupidi sint cum fœminis commisceri, ob nimiam corporis liquiditatem, uentrisq; mollitiẽ ac frigiditatem, quæ causæ adparent minime uiros ad coitũ incitari. Accedit his lassitudo ex continua equitatione contracta, quæ eos ad cõmistionem reddit impotentiores, atque hæ sunt causæ cur uiri infœcundiores putentur. Mulieres autem pinguedo carnis et humiditas steriles facit, præ quibus uteri earum genitale semen nequeunt continere. Lunares namq; purgationes eis non eueniunt quemadmodũ est necesse, sed minus & intempestiue, per lõgius tempus. Ipsumq; amplius uteri os præ pinguedine concluditur, ut nequeat semen suscipere. Sunt enim ociosæ, et pingues, uentresq; earum frigidi & molles. Vnde necessario sequitᷣ non multum fœcundã Scytharum gentem esse. cuius rei famulæ earum indiciũ exhibent. Nã hæ uiris misceri plurimũ gaudẽt, in uteroq; conceptum continent, propter corporis exercitium frequens, carnisq; gracilitatẽ. Amplius aũt plurimi Scythæ eunuchi fiunt, & muliebria officia obeunt, instarq; fœminarum omnia faciunt, et loquunᷣ, uocanturq; hi effœminati. Et regionis quidem incolæ causam ad deum referunt, coluntq; hos ipsos homines & adorant, sibijpsis timentes nequid tale accidat. Mihi uero hi affectus

A diuini quidem esse uidetur, sicut & reliqui omnes, neq; ullū aliquem alio esse diuiniorem aut humaniorem, sed diuinos omnes, uerum unus quisq; eorum suam propriam habet naturam, neq; aliquid citra naturam accidit. Quare quomodo hic affectus contingat, ut mihi uidere uideor, narrabo. Ab equitatione ipsa diuturni eos corripiunt articulorum dolores: nimirum propendentibus semper ex equis eorum cruribus. Deinde claudi fiunt, cōtrahunturq; coxendices cum inualuerit morbus. Medicantur aūt si bijpsis hoc modo: à principio morbi utrāque uenā retro aures incidūt, quo facto sanguine multo promanāte, somnus eos corripit præ imbecillitate, sicq; obdormiscunt: quorū quidē aliqui depulso somno sani exurgūt, aliqui uero minime. Atq; mihi sanè uident ea medicatione seipsos perdere. Venæ enim retro aures sunt, quas si quis secet, sterilitatem inferat his quibus secātur: quare id etiam ipsis ex earum incisione accidere certum est. Quādo igitur postea uxores adeunt, impotentesq; se factos uident cum illis coire, primū quidē nihil molestius cogitantes quiescūt: cū aūt bis aut ter, aut amplius frustra opus tentarunt, neq; quicq; proficiunt, mox putant se deū offendisse, in quem culpam reijciunt. Induuntq; se ueste muliebri, palàm se euiratos esse cōfitentes, ad mulierūq; cōtubernia transeunt, earum opera tractantes. Hoc itaq; malo ditissimi Scytharum afficiūtur, minime uero infimi. Imò qui maxime & genere & potentia præualent, ex nulla alia quàm continuæ equitationis causa, hoc perpetiūtur. Pauperes uero minus, cum non multum equitent. Vnde si hęc affectio alijs diuinior censenda esset, non nobilissimis, non ditissimis Scytharum ferè solis accideret: sed esset omnibus æqualiter peculiaris. Imò magis inuaderet pauperes circa cultū deorū negligētiores, si saltem gaudent dij in hominū admiratione constitui, & pro hoc beneficia hominibus retribuūt. Diuites enim sæpius dijs sacra faciunt, uictimas offerūt, statuas erigūt coluntq;, cum pecunijs abundēt: pauperes aūt minus id faciunt, cū non habeant. Quin etiā aliquādo deos detestātur, qui eis opes non suppeditent, ut uerisimilius esset, pauperes ac parum abundātes hoc malo propter crimina sua puniri, q̄ diuites & q opibus abundāt. Verū sicut & prius dixi, diuinus quidē hic affectus est, secundūq; naturā accidit similiter ut alij oēs, neq; alia eius causa quàm ea quā dixi, Scythis existit. Simili aūt modo & reliquis hominib. euenit. Vbi enim frequenter & cōtinue homines equitant, ibi plurimi à diuturnis doloribus articulorū, coxendicumq; maxime & pedū corripiuntur, ad coitumq; fiunt impotētes, quæ omnia mala Scytharum genti adsunt. Atq; propterea Scythæ omniū hominum

B minime sunt ad coitum ualentes. Et q̄ anaxyridas (braccarum siue fœminalium id genus est) semper habent, & plurimū temporis in equis desides degūt, ut neq; manu tractare pudēda liceat, atq; præ frigore & lassitudine uoluptatis ac iucunditatis coeūdi obliuiscant̄, neq; prius aliud sibi faciēdum putēt, q̄ ut euirati fiant. Hactenus ergo de Scytharū gente recensui. Reliquum aūt in Europa hominum genus ualde inter se dissimile est & diuersum, tum quod ad magnitudinē attinet, tum quod ad formā, atq; id

C propter temporum mutationes contingit apud eos magnas & frequētes. Sunt enim eis calores uehementes, & hyemes fortes, pluuiæ multæ, rursumq; siccitas diutina, & uenti plurimi, ex quibus multę & omnimodæ fiunt transmutationes. Neq; à uero discrepat circa generationem has ipsas mutationes sentiri, inq; seminis genitalis coactione aliam, neq; ex eodem etiam eandem, æstatis pariter ut hyemis, pluuioso ut sicco tēpore, progigni. Eaq; causa est, cur putē Europęos magis q̄ Asianos secundū corporū formas inter se discrepare, et magnitudines

D diuersissimas in singulis adeo urbibus prouenire. Plures eñ corruptiones cōtingunt in seminis coactione, cum tēpora frequēter uariāt, q̄ si eadē sunt & similia. Eadem aūt morū ratio in utrisq; existit. Feritas, integritas, & audacia à natura Europęis innascit̄. Frequentes eñ mentis perpulsiones feritatem inducunt, mansuetudinē contra & benignitatē extirpant. Quare etiam magnanimos magis eos qui Europā incolūt Asianis iudico. Siquidem similitudo & æqualitas segnitiem parit. Mutatio aūt & animum &

corpus

corpus ad exercitationẽ excitat. Augetur A itaq; à desidia & ocio timiditas. Ab exercitio uero & laboribus crescit uirilitas. Vnde bellicosiores quoq; Europæi extãt, non ob hãc solum causam, sed & propter leges. Non enim regibus obediunt quemadmodũ Asiani. Vbi enim sub regibus uiuitur, ibi necesse est homines timidissimos esse, quemadmodum & supra ostendi. Seruitute nanq; animi eorum presi non libenter, neq; uolẽtes temere pro alijs se periculis exponunt. Europæi autem suo iure uiuentes, cum pro seipsis pericula belli subeant, B magna cupiditate feruntur, uolentesq; ac alacres difficultates omnes adgrediuntur, ipsiq; sibi ex re bene gesta præmia reportant, ut certum sit leges plurimum ad magnanimitatem cõferre. Tota itaq; & uniuersa res de Europa & Asia sicut retuli, habet. Cæterum Europa ipsa adhuc habet gentes inuicem differentes, nõ magnitudine & forma solũ, sed & magnanimitate ac fortitudine. Quæ uero in eis hanc diuersitatem faciant, in præcedẽtibus dixi, dicamq; amplius, magis manifeste. Quicunq; regionem montanam, asperam, nudam, & aquosam incolũt, his mutationes temporum contingunt magnæ & diuersæ, unde & hominum formas magnas progigni conuenit, qui & ad laborem & ad uiriliter agendum à natura præstent, quibusq; feritas & immanitas nõ mediocriter à natura sint congenita. Qui uero loca cõcaua, pratensia, & æstuosa habitant, uentosq; calidos plus sentiunt q̃ frigidos, & aquis utuntur calidis, hi magni quidem esse nõ possunt, neq; bene cõpositi & longi ac erecti, sed in amplitudinẽ à natura producti carnosi sunt, & capillis nigris. Imò & ipsi toti nigri magis q̃ albi, & qui minus de pituita habeant q̃ de bile. Virilitas autem & tolerantia laboris non æque ipsis à natura inest, nisi consuetudo accedat, et hæc in eis efficiat. Quòd si flumina extent in ea regione, quæ stagnantes & pluuias aquas euehant, homines ipsi incolumes ac splendidi uiuẽt. Si uero flumina desint, aquasq; puteorum stagnantes et olentes bibant, necesse ab illis ipsis aquis et uentrem lædi et splenem. Quicunq; autẽ altam habitãt regionem, planam, uentis expositam, et aquosam, eorum formæ magnæ, ac inuicem similes, et erectæ. Animi quoq; eorum existunt mansuetiores. Qui uero macra, aquis carentia, et nuda loca tenent, et quæ temporum mutationibus non sunt permista, horũ formas necesse est esse asperas, et intentas, flauas magis q̃ nigras, mores etiam eorum rigidi sunt, pertinaces, & contumaces. Vbi enim mutationes temporũ contingunt frequentes, plurimum inter se diuersæ, ibi & formas, & mores, & naturas reperias plurimum differentes. Temporum itaq; uarietates potissimæ sunt quæ naturam ipsam permutant. Deinde etiam regio in qua multæ uariationes fiunt. Postremum autem aquę. Inuenias enim ferè semper & formas hominum & mores regionis naturæ compares. Nã ubi terra pinguis est, & mollis, & aquosa, aquæ autem ualde sublimes, ita ut æstate calidæ sint, & hyeme frigidæ, & temporum ratio aliàs probe conueniat, Ibi & homines carnosi, articulis non adparentibus, C humidi, laboris intolerantes, & plurimum maligni nascũtur. Segnitiesq; & somnolentia eis inest multa. Suntq; ad artes tractandas crassi, nõ acres aut subtiles. Vbi aũt regio est nuda, natura munita, et aspera, quęque & à frigore hyberno prematur, & à sole æstiuo exuratur, ibi duros, & graciles, et articulis probe distinctis, intentosq;, et hirsutos reperias homines, et in quibus à natura laboris tolerãtia, et uigilãtia insit. Quiq; mores habeant pertinaces, ad iram procliues, et contumaces, magisq; feritate participantes q̃ mansuetudine. D Insuper ad artes etiã acutiores et plus solertes, et ad res bellicas gerendas aptiores. Quin et omnia quæ è terra proueniunt, terræ ipsius naturam resipiunt et sequuntur. Atq; hactenus quidẽ maxime contrarias corporum naturas et formas diximus, è quibus coniectura facta si quoq; reliqua cosideraueris, nunquam à uero aberrabis.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI PRIMI GALENI DE ALIMENTORUM facultatibus. In singulos tres libros argumenta, uide ab initio libri 2.

Cap. 1. Plurimi ueterum de alimentorum facultate scripserunt, sed quia illi inter se dissentiunt, noua tractatione opus est, quæ demonstratione aliqua nitatur. Et quia difficilior est demõstratio quæ ratione fit, illa quæ sensu & experimento constat utamur, præsertim cum Empirici etiam illi plurimum imò omnia tribuant. Dioclis empirici uerba contra medicos, qui facultatum in medicamentis causas, ubiq; certas & easdem assignare conãtur ex ratione aliqua aut saporibus. His enim duobus modis ferè discernunt medicaminum & ciborum uires medici, quibus tertium addit Mnesitheus qui sumitur ex diuersitate partium in plantis. 2. Contra Dioclem, Experientia quidem facultates alimentorum in genere nosci: opus tamen esse distinctionibus quibusdam, ut etiam particularius quæ & cur singulis conueniant, aut non, sciamus, Exemplum in concoctione, B cur aliqui facilius concoquant duriora quædam, ut bubulam q̃ pisces saxatiles: & cur lens cum plerisq; sistat, aliquibus tamen moueat aluum: Melicratum contra. (Signa cruditatis.) 3. Quomodo lens, & alia quædam huiusmodi, ex contrarijs partibus seu facultatibus composita, ut brassica inter olera, & in marinis ostracoderma, substantia quidem sua aluum cohibeant præsertim alioquin alui sicciores hominibus, iure autem suo moueant & turbent, illis maxime quibus per se humidior aluus est: utrisq; autem sumptis torsiones & inflationes aliquando fiant. Ventres quibusdam etsi non natura, eo tamen tempore quo quid ingestum fuerit ciendi retinendi'ue aluum ui præditum, continere bilem aut phlegma, eorumq; alias & alias differentias: unde alimenti sumpti facultas promoueatur aut impediatur. ἐσθιόμενα, ἐδέσα, τροφαὶ, σιτία, βρώματα, C synonyma. Vnumquodque alimentum, alias tardius, aliàs celerius transire, uel ex propria facultate, eaq; uel tactili, uel gustatili, uel ex tota substantia: Vel ob uentriculi affectionem aut innatam, ut cum uenter natura humidior, siccior'ue est, aut aduenticiã: alio enim tempore alij humores in uentre sunt. Hæc diuisio ut alimentis, ita & aluum mollientibus accommodari potest. 4. Tria genera alimentorum quæ uentrem subducunt. Primi generis sunt, atriplex, blitum, malua, cucurbita, mora, cerasa dulcia, uina dulcia & crassa: pepones & melopepones. hæc omnia quoniam humida cum pingui aliquo sunt, & uiscida, aluum instar olei molliunt, præsertim si quis inambulet, & magis in pauimento cedente. pepones tamẽ & melopepones etiam abstergunt, quod cum diureticis commune habent. Secundi generis sunt humida & aquosa, ut D persica & præcocia, & quæcunq; nullam insignem gustu qualitatem præ se ferunt, quanquã hæc ipsa aliquando retinent uentrem: qui aut piger ad subductionẽ fuerit, aut madidus ad digestionem: & tunc etiam urinas mouent. Tertij generis alimenta uim habẽt medicamentosam, qualia pauca sunt. Alimẽti & medicamẽti differentia 5. Alimẽta medij tẽperamẽti medijs & sanis simpliciter corporibus exhibẽda: illis aũt quæ deflexerũt à mediocritate cõtraria, quæ scilicet tantundẽ à medio absint in suo genere, quantum corpus ipsum in contrario genere à medio recessit. Alimenta cum cætera, tum maxime quæ insignes aliquas qualitates habent, alia alijs conuenire pro differentia ætatum & temperamentorum: imò ijsdem quoq; aliàs alia, ætate & corporis constitutione uariante. 6. Non satis esse dicere, ut empirici faciunt, ꝙ alia alijs alimenta conueniant: sed distinctionem quoq; addẽdam esse, quæ quibus. quod

A ut recte fiat, & corporum temperamenta tum naturalia tum ascititia cognoscenda sunt, de quibus alibi scripsit Galenus, & alimentorum, de quibus hoc in opere Galenus agit, & Hippocrates egit in libro de diæta (de quo libro plura affert, præcipue quibus attribuatur) ut constet illum non fuisse empiricum, nec ita de alimentis sensisse ut Diocles. 7. Quòd alimentorum non primas tantum facultates nosse oporteat, sed etiam secundas quæ ex primis fiunt, ut gustatiles & olfactiles qualitates. Quædam enim alimenta nullam insignem qualitatem præ se ferunt, alia uero insignem aliquando, unde & uires pharmacis earundem qualitatum similes habere iudicantur. (Librum quartum de simplicibus medicamentis ante hunc legendum esse.) Quòd nonnulla tum medicamina tum alimenta mixtas & contrarias facultates habeant, siue natura, siue ob compositionem hominum. Et quod illi qui uires singulorum tenent, recte componere & adparare alimenta possint. Exemplũ, teutlophace quomodo paretur, & quibus conueniat.

8. Alimentorum facultates cognosci experientia, & qualitate sensili, gustu uel odore, & consistentia, ut densitate, raritate, tenacitate, laxitate: item grauitate & lenitate. Mnesithei de plantis earumq; partibus historiã parum certam esse. Argumentum operis, & de usu ac necessitate copiosæ tractationis in quauis professione pro illis qui uiua præceptoris uoce destituuntur.

9. De tritico panisq; generibus. 10. De bellarijs (Galenus pemmata uocat) è triticea farina in oleo frixa, Attici tiganitas uocant: quidam mel addunt, & salem marinum. Et de illis placentis quæ fiunt, cum azymus panis in clibano coctus, mox melli calido immergitur. 11. De placentis, quæ itria uocant (liba quædam interpretantur) ex quibus præstant rhyemata (quæ eædem scriblitis uidentur) deteriora sunt lagana. 12. De pane eloto, & triticea farina cum lacte decocta. 13. De alica. 14. De tritico in aqua elixo. 15. De amylo. 16. De hordeo. 17. De hordeaceis panibus. 18. De polenta id est hordeacea farina, et usu eius cum defruto, uel œnomelite, uel aqua.

19. De maza, Athenienses tripten uocant. 20. De tipha, olyra, & zea (quam Latini semen uocant) similibusq;, & ex ipsis confectis. (Citantur Diocles, Mnesitheus, Theophrastus, et Dioscorides.) Mnesitheum olyram et tipham non dignouisse. 21. De auena.

22. De milio et panico. 23. Leguminis nomine quæ comprehendantur. 24. De oryza. 25. De lente.

26. De fabis. 27. De faba Aegyptia. 28. De pisis. Vide etiam infra capite 35. in Dolichis. 29. De ciceribus. 30. De lupinis. 31. De fœnogræco.

32. De phaselo, et ochro quam eruiliam dicunt. (De phaselis uel potius phaseolis uide mox in titulo de dolichis. 33. De lathyris, id est cicercula. (Vide mox cap. 35.) 34. De aracis. 35. De dolichis, quos recentiores Græci uulgo lobos et phaseolos uocant. (Obiter de phaselis (de quibus etiam supra cap. 32.) deq; pisis et lathyris. 36. De eruo. 37. De sesamo et erysimo. 38. De semine papaueris. 39. De lini semine.

40. De ormino. 41. De cannabis semine. 42. De agni, id est uiticis semine. 43. De aphaca & uicia.

44. De seminibus alienigenis, quæ in unoquoq; genere permista reperiuntur: ut sunt, lolium, ægilops, aracus, pelecinus, aparine, orobanche, melampyros, et quæ noxæ ex eis accedant, nisi diligenter bona semina ab eis purgentur.

CL· GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS

LIBER PRIMVS

Martino Gregorio Interprete.



De facultatibus quæ alimentis insunt, plerique præstantissimorum medicorum, præcipuo studio in eã speculationẽ conuersi conscripserũt, ꝙ omnium quæ sunt in medicina, ea propemodũ sit utilissima. Nam alijs præsidijs nõ omni tempore utimur: sine alimento aũt ne uiuere quidem, neq; secunda neq; aduersa ualetudine possimus. Merito igitur præstantissimorum medicorum plurimi, facultates, quæ ei insunt, diligenter magnoq; studio peruestigarunt. Inter quos alij sola experientia nobis innotescere cõtenderũt: alijs rationẽ quoq; unà placuit adiungi: alij deniq; uel primas ipsi tribuerũt. Quòd si ut inter Geometras & Arithmeticos, ita inter eos qui de alimentis scripserunt, omnino conuenisset, nihil nunc oporteret nos denuo hanc de ijsdem post tot ac tales uiros scribẽdi molestiã subire: Verum cum mutuis dissensionibus suspectos sese reddiderint (fieri enĩ nequit, ut omnes uera dixerint) quæ ab illis sunt tradita, à seueris iudicibus examinari est necesse. iniquũ enim fuerit, uni præ alijs absq; demonstratione fidẽ adhibere. Porrò cum demõstrationum duo genere sint principia (aut enim à sensu, aut à notione euidenti demõstratio omnis ac fides proficiscitur) nosq; ad præsentis cõmentationis conscriptionẽ necesse est, aut altero horum, aut utroq; uti, ratione aũt res iudicare nõ omnibus itidem sit promptum (nam et natura sagaces esse oportet, et à puero ingeniũ a cuẽtibus mathematicis disciplinis excoluisse atq; exercuisse) satius esse duximus ab experiẽtia auspicari, eoq; maxime, ꝙ bona pars medicorũ hac sola alimentorũ facultates inuẽtas esse pronunciarint. Nam empiricos, qui omne studium operamq; eò conferunt, ut quæ ratione sunt inuenta ambitiosis cõtentionibus oppugnẽt, fortasse quis cõtempserit: uerum Diocli quid facias, qui (tametsi professione est dogmaticus) hæc ad Plistarchum in primo de sanitate libro scripta reliquit: qui oĩa sapore eodẽ, odore, calore, aut alio id genus prædita, uires easdẽ obtinere existimãt, haud recte opinantur: nam multa ostendere possim inter se pugnare, etiam si, quod ad prædicta attinet, inter se cõueniant. Non enim si quid aluum, aut urinam mouet, aut aliã quãlibet habet facultatem, ideo tale esse quodq; est putandũ, ꝙ uel calidum sit, uel frigidũ, uel salsum: quandoquidẽ non dulcia omnia, aut acria, aut salsa, aut cætera id genus easdem habent facultates: sed si quis actionis cuiusq; ipsorum causam toti naturæ retulerit acce-

A ptam, is minime à ueritate aberrarit. Qui uero singulorum causas, cur uidelicet nutriant, aut aluum aut urinã cieant, uel aliud quidpiã eiusmodi præstent, reddendas autumãt, ignorare uidentur, primum ꝙ hęc inquirere, haud frequenter ad usus sit necesse: deinde, ꝙ multa sint in rerum natura, quæ principijs quibusdã sunt similia, ut nullã causæ rationẽ admittant. Ad hæc, nonnunq; allucinantur, cum incognita, & controuersa, neq; admodũ ueri similia sumendo, abunde causam ipsam credũt se assignasse. Quocirca neq; ijs qui causas eiusmodi afferunt, neq; ijs qui de omnibus causam putant

B esse reddendã, est attendendũ: sed potius ijs, quæ diuturna experientia fuerũt explorata, credendũ. Quorum aũt possumus, causa est inquirẽda, quando quod de ipsis dicimus, sic speramus fore notũ magis ac credibile. Hæc sunt Dioclis uerba, sola experiẽtia alimentorũ facultates nobis notas esse arbitrantis, nõ ex indicationibus, quæ cum à temperamẽto, tum à saporibus sumuntur. Cum aũt in partibus plantarũ alia adhuc insit indicatio, eius non meminit. Dico aũt partibus plantarũ indicationẽ inesse, qua præter alias Mnesitheus est usus. In plantis sanè alias quidem radicibus, alias caulibus facultates inesse ostendẽs: quemadmodũ cer-

C te & folijs, & fructibus, & seminibus alias.

II Quòd uero experientia ut alia pleraq;, ita & qui cibi facile, aut secus concoquantur, quæq; stomachum iuuent, aut offendant, deniq; quæ aluum laxent, irritent, aut sistant, nos doceat, nemo est, cui uel tantillum est mentis, qui ignoret. Cæterum in ijs ipsis non parum falluntur, qui citra limitationem faciũt de rebus periculum: ut in cõmentarijs de simplicium pharmacorum facultate, atq; in tertio de temperamẽtis demonstrauimus. Nec sanè qui utrobiq; cõmittuntur errores, multum inter se sunt dissimiles. Quapropter hoc quoq; loco ad uiuũ, uti illic, limitationes scribere, quibus quis intentus singulorũ facultates citra errorem possit

D deprehendere, haudquaquã mei est instituti, qui semel duntaxat de quaq; re scribere soleã, non eadem in multis cõmentarijs de ijsdem passim inculcare. Vt tamẽ usitatum mihi morem ne nunc quidem prætermittam, summas tantummodo limitationum, idq; ea breuitate, quam orationis perspicuitas patietur, sum cõplexurus. Incipiam autem ab eo quod omnibus est in ore, quodq; Erasistratus minus recte scripsit, melicratum uidelicet aluum nõ cuiuis subducere, neq; lentem cohibere, sed quosdam esse, qui prӕterq; quòd neutrum experiuntur, in contraria etiam incidant: sistatur quidem eis aluus à melicrato, laxetur aũt à lente. præterea quosdam inueniri, qui bubulam minori negocio, ꝙ pisces saxatiles conficiant. Equidem ab

istis

istis semper soleo sciscitari (nam à postremis exordiar) quodnam his symptoma accidat, quo iudicent se saxatiles pisces non coxisse, utrúmne pondus quoddam in uentriculo, ut instar plumbi, aut lapidis, aut luti quiddam incumbere ipsis uideat (hoc nempe modo quidam, quem ex huiuscemodi cruditatibus sensum percipiunt, interpretant) an mordicationem quandam manifesto in ipso, an flatum, an ructum grauem sentiãt. Tum alij nidorulentũ magis sibi ructum accidere: alij, mordicationẽ: nonnulli utrunq;, responderunt. Horum igitur corporis habitum diligenter cõtemplatus, deprehẽdi, bilis flauæ copiam in uẽtriculo, uel ob prauam quampiam temperiem, uel propter peculiarem constructionem esse aceruatã. Peculiarem autẽ dico constructionem, quoniam hominibus quibusdam bilis ex iecore in intestina defluens, in uentriculũ regurgitat: Prauam uero temperiem, cũ calor natura ipsis inest acris ac mordax, & (ut sic dicã) febriculosus. Proinde par est, ut isti cibos corruptu difficiles melius ꝙ faciles coquãt. Quando, quæ facile coquuntur, facile item alterãtur, ac corrumpuntur: contra, quæ concoctu sunt difficilia, nõ facile quoq;, cum alterantur, tum corrumpuntur. Hæc certe si in multũ calorem inciderint, coquuntur magis, ꝙ si moderato occurrerint. Atque hac profecto ratione accidit, ut nonnulli bubulam facilius, ꝙ pisces saxatiles conficiant.

III Lens aũt quibusdam aluum mouet magis, ꝙ inhibeat, non alia ratione, ꝙ ut in cõmentarijs quos de simplicium pharmacorum facultate conscripsimus, demonstrauimus. Quemadmodum enim ex ijs quæ à nobis præparantur, nõnulla quæ facultatem ac substantiam habent contrariã, componuntur: ita & natura ipsa, permulta quæ sensui simplicia apparent, cõmiscuit: quod in plerisq; alimentis cõperias. Etenim nõ lens sola, sed & brassica, atq; adeo marina propemodũ omnia, quibus testa pro cute est, quæ Græci ὀστρακόδερμα appellant, compositam ex pugnãtibus facultatibus naturam sunt sortita. Nam solidũ cuiusq; corpus tarde permeat, aluũq; sistit: humor uero, stimulat ad excretionem. Huius porrò rei ex coctione manifesta sumitur demõstratio: cum aqua in qua dictorum quodq; fuerit decoctũ, aluum subducat: ipsa uero corpora, inhibeant. Hinc nõnullos audias, qui dicant: Si brassicam leuiter coctam, & uniuersim ac repente ex lebete in uas aliquod, in quo sit oleum ac garum, transfusam, ante alios cibos sumpseris, aluum subducet. Alios aũt uideas brassicã, quæ Græcis disephthos, id est, bis cocta nuncupatur, ad uentris cohibitionem hoc modo adparare: cum ipsam aquæ prius incoxerint, aquã quidem totã ex lebete effundunt, aliam aũt adfundunt puram & calidam, in qua rursus brassicã secundo coquunt: ut siquid proprij succi post priorem decoctionem habuit reliquũ, in hac penitus deponat. Omnibus enim, quæ in humore coquunt, usu uenit, ut quiddam ab eius facultate in se deriuent, ac de sua uicissim portionem aliquã ipsi impartiant. Id quod in ijs, quæ in iure aliquo elixamus, siue le-

A gumen, siue animãtis pars, siue olus id fuerit, quotidie tibi licet discere. Res nanq; elixa, tam gustu, ꝙ olfactu, ipsius iuris: ipsum aũt ius, rei, quæ in se est elixa, qualitatẽ ac facultatem repræsentat. Totius porrò, qui nunc nobis est propositus, sermonis ueritatẽ poteris sic explorare: lentẽ, aut brassicam, aut aliquot marinorũ memoratorum animalium decoquito: postea decoctũ oleo, garo, piperéq; cõditũ, cui libuerit propinato. idem facito in brassica bis cocta. Videbis enim potiõe quidem, aluũ dilui: solidi aũt corporis esu, cõstipari. Quare non est quòd miremur, si ab huiuscemodi cibis, quãdo cum ipsorũ succo solidum corpus sumptũ fuerit, tormina interdum & inflationes oriantur. Pugna enim quædã inter utrunq; fit, cum solidum

B quidẽ corpus hæreat subinde, ac tardet: succus autem ad excretionem properet. Quo casu si quod mordicat, excretũ fuerit, cessat symptoma: sin moretur, uentrem torminibus ac flatibus infestari est necesse: quibus sola pugnantiũ excretio finem imponet. At cum nonnullis uenter ad egerendũ sit propensus: alijs aũt est siccus, & ad egerendũ difficilis, utriq; pro sua natura symptomatis, quæ ab huiusmodi cibis fiũt, afficient: cũ uenter alius succi, alius solidi corporis facultati opitulet. Duabus nanq; contrarijs causis simul commissis, unam superare, alteram succumbere alteri est necesse. Idipsum autem propter uentris affectus quosdã accidit, non natiuos quidem illos, sed aliquo tempore subortos. Nunc enim pituitosum in eo humo-

C rem, nunc biliosum aceruari cõtingit. Atq; ipsius pituitosi, alius quidem est acidus, alius salsus, alius dulcis, alius deniq; sensibilis qualitatis est expers. Rursum alius est liquidus, alius crassus, alius uiscidus, alius dissipatu facilis. Ad hæc humoris biliosi, alius est flauus, alius pallidus, in quorum utroque maximũ est pro maioris et minoris ratione discrimen: ut interim alias eius species prætermittã, quę in corporibus ægrotantibus apparent. Singuli igitur memorati humores, cũ aut ad alui excretionem, aut eiusdem cohibitionem plurimum habeant momenti, posteaq; integra ciborum memoratorum corpora cum suis succis in uentrem peruenerint, ijs quidem quæ eiusdem secum sunt facultatis, ferunt suppetias: aduersantur aũt ijs quæ

D sunt cõtrariæ. Antea quidẽ duas genere causas recensueramus, propter quas, ijsdem sumptis cibis, diuersi in uentre effectus sequerentur. Iã uero prę ter naturalem constitutionẽ, & liquidas solidasq; τῶν ἐδωδίμων, id est, ciborum partes, tertia quoq; adinuenta est. nec uero siue ἐδώδιμα, siue ἐδέσματα, siue τροφὰς appelles, quicq; intererit. Siquidem tum ijs nominibus, tũ etiã ijs nihilominus, cibos σιτία & βρώματα appellant. Cui rei testis est Hippocrates, in opere de morbis populariter grassantibus scribens ad hũc modum: τὰ βρώματα, id est escas, ac potus experiri oportet, an æque diu morentur. At rursus alio loco: Labor, σιτίον, hoc est, cibus, potus, somnus, uenus, omnia mediocria. de nominibus quidem certe (quod semper prædicamus) non oportet nos esse solicitos, nec quo pacto

cto quis ipsis utatur, laborare, cum ea præsertim omnia Græcis sint usitata: sed rerum ipsarum scientiam cōsectari. Alimenta ergo citi tardiúe transitus esse cōperiuntur, aliàs ob naturalem nostrā ab initio constitutionem, aliàs ob uentris disposi tionem acquisitiam, nōnunquam ob peculiarem aliquam esculentorū ac poculentorū substātiam: quandoquidē ex ijs quædā humida, quædā sicca sunt: ceu alia uiscida, alia friabilia, ac diuisu facilia: nonnulla denicp acrimoniā in se habēt, alia acorē, aut amarorem, aut dulcedinē, aut salsuginem, aut austeritatem, aut acerbitatem, aut alias, extra has, facultates medicamentosas eiusdem generis cum ijs, quæ purgantibus medicamentis insunt.

IIII Siquidē atriplex, blitum, malua, cucurbita, quia sunt lenta ac perhumida, alijs quæ talia nō sunt, celerius subeunt: idcp potissimum in ijs, qui sumptis illis, in pauimento moderate cedente leniter obambulant. Dilabuntur enim siquis concutiatur, promptius quam si quietus iaceat. Eodem in genere ponere quis possit, mora, dulcia cerasia, & ex uinis quæ dulcia simul sunt ac crassa. Pepones quocp, & quos melopepones uocant, quod humidi sint ac lenti, uentri subducendo sunt idonei, facultatemcp mediocriter abstergendi habēt, & horum maxime pepones: quam facile, si sordidā aliquam partem his confricueris, perceperis: protinus nancp cernes quicquid in ipsa est sordium abstergi, ideocp inter ea quæ urinam mouent, connumerātur. Porrò inter humida corpora & aquosa sunt, quæ præcocia uocitant, & persica, & omnino quæcuncp nullam gustantibus ea aut olfacientibus, qualitatem admodum repræsentant. Quæ, si quidem uenter ad deijciendum est propensus, non ægre subsidunt: sin minus, hærent & ipsa sublimia, nihil ad ipsam excretionem cōferentia. Etenim huiuscemodi ciborum materia medium quodammodo inter aluum sistentia & proritantia, locum sortita, exiguum quid in alterā partem affert momenti, si in uentrem incidat, nec ad excernendum ualde socordem, nec ad distributionem alacrem ac robustum. Interdum enim hæc quocp aluum cohibent. Quin & melicratum, in quibus celeriter distribui occupat, nihil aluo ad excretionem confert: quin imò cibis secum commistis, ad distributionem præit. Quòd si distribui celeriter non anteuertat, excretionem non secus ac flaua bilis, sua acrimonia ac mordacitate irritat. Hoc ergo cibariorum atcp potionum genus duntaxat mordicatione sua uentris partes ad expulsionem exuscitat (perspicuum autem est quòd etiam intestinorum substantiam nomine uentris complectimur: sic nēpe uulgus προγάστορας & μεγαλοκοίλους, id est, uentre prominulo, & uentricosos appellat.) Alia autem sunt, quæ uentrem subducunt, quod facultates in se medicamentosas habeant commistas, similes ei, quæ in scammonia, colocynthide, elleboro, & id genus alijs conspicitur. Horū enim substantia ex cibo & pharmaco est commista, ut si ipse in ptisanæ cremorem succi scammonij paululum quid inijcias. Qui succus etiam si sensum qui-

A dem sic effugerit, sua tamē actione minime fallet, sed aluum palàm subducet. Atcp id est quod quibusdam Hippocrates dixisse uidetur, cum inquit, In cibo medicamentum. Alij uero non sic modo, sed de illis quocp cibis intelligi posse dictum eius uoluerunt, qui necp alendi, necp purgandi animalis ullam habent facultatem. Hæc enim inquiunt, non modo ut alimenta, uerumetiā ut medicamenta sæpenumero agere, cum manifeste nos calfaciant, refrigerent, siccent, aut humectēt: ueluti dum horū nihil in hominis corpore efficiant, sed ipsum tantummodo alant, tum medicamenti rationem haudquaquam habere. Sunt aūt sanè paucissima id genus edulia. Quotquot uero ea fuerint, alimēti duntaxat rationē planè habent, corpus eius qui

B sumpsit, in qualitate nō immutātia. Etenim quod refrigeratum est aut calfactum, humectatum, aut siccatum, secundū qualitatem est mutatū. Quod uero ex cibo ad molem dissipatæ substantiæ sarciendam animal sibi assumpsit, ab illo duntaxat ut alimento iuuatur. Quamobrē quę medij sunt temperamenti, nullacp uincenti qualitate sunt prædita, ea solum sunt alimenta, non etiam medicamenta: uentremcp nec soluūt, nec cohibent: stomacho nec robur, nec imbecillitatem inducunt: sicuti sudores urinámue nec prouocant, nec coercēt: nec aliam quamuis dispositionem calidam, frigidam, humidam, aut siccam in animantis corpore ingenerant, sed quale animātis, quod nutritur, corpus assumpserant, tale prorsus conseruant.

C V Verum hoc quocp loco limitatio quædam est utilissima, quæ ne ipsa quidem à Diocle est posita, ut nec aliarum quæuis, quas hactenus recensuimus. Si eñ hominis corpus medij planè sit temperamenti, per alimenta medij temperamenti eo in statu seruabitur. Verū si id frigidius, uel calidius, siccius, aut humidius fuerit, medij temperamēti cibum & potum perperam exhibueris. Quippe huiuscemodi corpus, quatenus ab exacte media cōstitutione recessit, eatenus in diuersum statum traducatur est necesse: fiet autem id per præsentis distemperantiæ contraria. Cōtraria autem pari interuallo in utracp oppositione à medio in utrancp partem secedant oportet: ut si corpus tribus (uerbi gratia) numeris à temperata ac media constitu

D tione ad calidiorē secesserit, totidem cibū quocp à medij temperamēti cibo ad frigidiorem secedere erit necesse: sin uero quatuor numeris ad humiditatem discesserit, totidē cibum mediocri sicciorem esse cōueniet. Atcp in eo certe permultos est inuenire, qui de ijsdem cibis ex diametro pugnantia pronuncient. Nuper enim duo inter se concertabant, quorum alter salubre, alter insalubre, mel esse affirmabat: uterque ex illato sibi à melle affectu coniectans: nondum illud intelligentes, quòd omnes homines non unum ab initio habuerunt temperamentum: necp si habuissent, immutabile ipsum, ætatis cursu, aut in temporum anni ac locorum cōmutationibus, tueri potuissent: ut nunc omittam, quod ijdem homines uitæ institutis, ac uictus ratione, natiuum corporis habitum

immutant. Ne igitur longe abeam, eorum qui de melle inter se disceptabant, alter quidem erat ætate senex, & natura pituitosior, uitaq; ociosa, & cũ ad alias omnes actiones, tum aũt ad eas exercitationes, quæ balneũ præcedunt, ignauus. ob eamq; causam, mel ei erat utile. Alter uero, natura erat biliosus, & annos natus triginta, in quotidianisq; operibus multum sese fatigabat. non abs re igitur in eo mel celeriter in bilem uertebatur: eaq; ratione sibi erat nocẽtius. Noui aũt & ipse quendã, qui de ore uentriculi querebatur: ꝙ cum aceruata in eo pituita prouenire, ex ipsius sermone cõiectassem, consuluissemq;, ut cum sinapi betam & porrum sumeret: eorum ope incisam pituitã, largiter per aluũ excreuit, omnibusq; symptomatibus est liberatus. Idem postea cum post esum ciborũ acrium nõ coxisset, mordicationẽq; in uẽtriculo sentiret, sumpto rursus cũ beta sinapi, nõ modo à mordicatione nõ fuit leuatus, uerũ etiã longe deterius habuit: tũ protinus admiratus, quid esset, ꝙ ab ijs, quæ ante summopere iuuissent, nunc grauiter læderetur, causam sciscitaturus ad me accessit.

VI Eos porrò, qui rei medicæ sunt imperiti, in his falli nõ est absurdum. Verum medicos, qui pleraq; & eadem utilissima theoremata prẽtereũt indistincta, quis ferat? Nõ enim ipsos simpliciter pronũciare cõuenit, pisces saxatiles permultis quidem cõcoctu esse faciles: nõnullos tamẽ reperiri, qui bubulã facilius cõficiãt: sed utrosq; distinguere: quemadmodũ de melle nõ simpliciter pronunciare, sed simul adijcere quibusnã ætatibus, naturis, anni temporibus, regionibus, ac uitæ rationibus utile sit, aut noxiũ: uerbi gratia, ꝙ calidis & siccis sit aduersissimũ: frigidis uero ac humidis utilissimum, siue ea temperies eis sit naturalis, siue accesserit propter ætatẽ, siue propter regionem, aut anni tempus, aut uitæ conditionẽ. Itaq; ad præsentem speculationẽ summe necessariũ esse uidetur, hominũ pariter ac ciborũ temperamenta considerasse. Porrò qualianã hominum sint temperamenta, & qua ratione ea dignoscere cõueniat, in commentarijs, quos de temperamẽtis scripsimus, ceu utiq; & de medicamentorũ temperamentis, in ijs quæ de illorũ facultatibus prodidimus, abunde diximus: in præsentia uero tempus exposcit, ut alimentorũ temperamẽta exequamur ea methodo, qua in libro de uictus ratione sunt scripta, qui est, ut nonnullis placet, Hippocratis: ut alijs, Philistionis, aut Aristionis, aut Euriphontis, aut Philitę, omniũ antiquorũ uirorũ. Initium aũt ipsius in nonnullis quidem exemplaribus est: Ciborũ omnium ac potuũ facultates, tum naturales, tum arte accitas sic dignoscere oportet. In alijs autem hoc: Locorum autem omniũ situm ac naturam sic oportet dignoscere. Cum nanque seorsum libellus ille circunfertur, De ratione uictus inscribitur, estq; is secunda pars, cum opus totũ in partes tres sit diuisum. Cũ uero totus unicus & non diuisus, ex tribus cõflatus inuenitur, De natura humana & uictus ratione inscribitur. Secũda igitur pars, in qua agitur dę cibis, nõ abs re forte Hippocrate digna

A putabitur: sed prima quam plurimũ ab Hippocratica sententia recedit. Verum id quidẽ non omnino præter institutũ, obiterq; sit dictũ. Cuiuscunq; aũt memoratorũ uirorum fuerit, omnẽ in cibis uictus rationẽ ad uniuersalem quandã methodũ uidetur reuocare. Qui enim hordeũ coctum, natura frigidũ & humidũ esse didicerit, sciueritq; corporum temperamenta, tum naturalia, tum alicuius affectus occasione acquisita dijudicare, is rite nõ tantũ sanis corporibus, uerũ etiam ægrotantibus hordeũ edendũ exhibebit. Pręterea et cataplasmatibus ex hordeacea farina percõmode utetur, qui & corporis, & hordei temperamentum tenuerit.

VII Nec uero satis fuerit principalissimã ac primam cuiusq; cibi temperiem nouisse, sed, ut in B libris de medicamẽtis monstratũ est, eas quoq; quę hanc sequuntur callere oportet: quæ & ipsæ sunt utilissimæ, multæ quidẽ (si non omnes) in saporibus: quædam aũt, etiam in odoribus. Quod enim unũquodq; ex tãto calido, frigido, humido, & sicco quodãmodo est temperatũ, idcirco hoc dulce, illud amarũ, salsum, acerbũ, austerũ, acréue apparet. ἁλυκὸν aũt, nihil aliud est, ꝗ̃ ἁλμυρὸν, id est, salsum: nã utraq; uoce res una declaratur. Item acerbi et austeri cõmune genus est, quod Greci στύφον, nos adstringens appellamus. Cæterũ in quarto libro de simpliciũ medicamẽtorũ facultate, de omni saporũ genere copiosissime disseruimus. Quẽ certe librũ necesse omnino est eum perlegisse, qui ea quæ in præsentia à nobis dicuntur, est C assecuturus: ut ne quæ semel de ijs dicta sunt, in hisce libris identidẽ repetere cogamur. Ergo ciborũ nonnulli quidẽ, quemadmodũ haud ita pridem cõmemorauimus, siquis eos gustauerit, aut olfecerit, nullã insignẽ ac manifestã qualitatẽ præ se ferunt: quos sane ἀποίους & ὑδατώδεις, id est, qualitatis expertes, & aquosos nominant: alij aũt manifestissimam habẽt astrictionẽ, aut congenitã dulcedinẽ: aut acrimoniam, sicut nõnulli quoq; salsiores, aut amaritudinis quidpiã habere, perspicue cernũtur. Quare perspicuũ est, cibos eiusmodi eandem cum ijs medicamentis habere facultatem, quibus cum sapore conueniunt. Cæterum in cõmentarijs de medicamentis, causam explicuimus, quamobrem adstringentia quædam non eadem cum alijs D adstringentibus agant, ut aloe, æs ustum, atramentum sutorium, flos æris, squamaq;, & chalcitis. Etenim ꝙ in quoq; istorum adstringenti facultati ac substantiæ, alia quæpiã sit admista, euenit ut opera quæ sigillatim ædunt, sint diuersa, perinde ac si malo cydonio scãmoniam intus miscueris: quod utiq; interdum facimus, partes mali, quæ circum semen sunt exculpentes, deinde cauitatem scãmonia implentes, deinde oblinentes ac assantes, atq; ita malum mandendum exhibentes. Quod nanq; hunc in modum pręparatum est, absq; stomachi subuersione aluum subducit. Facultate nimirum purgatrice, quã malum ipsum à scãmmonia acquisiuit, in ipso uincente, propria aũt ipsius mali manente. Alioqui nec iucundũ, nec adstringẽs, nec stomacho esset utile. Ad eum igitur modũ cibaria quædam

dam facultatem quampiam habet in seipsis admistam, cui aut purgare, aut aliud quippiam agere sit naturale. In quibus non est dubitandum, quin saporum facultates actionem suam, quam à natura habent, efficiant. In quo enim qualitas inest adstringens, ipsa, quantum in seipsa est, uicina corpora cogit, cõstringit, ac refrigerat. Idem aũt corpus nonnunq̃ alias sui partes calfacientes, alias refrigerantes habere potest, ut in libris de simplicium pharmacorũ facultatibus demonstrauimus: natura scilicet eas ita permiscente, ut medici quidã frigido cuipiã pyretrũ, aut piper interdũ cõmiscent: hæc certe, uti diximus, in cõmentarijs de medicamẽtis copiosissime pertractata, his quę nũc à me docentur, sunt utilissima. Nam qui hæc ante didicerit, modũ reperiet, quo cibos omnes sigillatim B apparare queat. Nam nos quoq; τεύτλοφακῆν, id est, ex beta & lente eduliũ nonnunq̃ damus: atq; ante nos Heraclides Tarentinus multis non tantum inculpata ualetudine fruentibus, uerũ etiam malo aliquo affectis sæpe exhibebat. Primum ergo betarũ copiam: deinde cum cõdimus, aut salis plusculũ, aut dulcem garum, ei inijcimus: sic nempe aluũ magis subducit. Sin minus uis subducere, lentem excorticatã bis decoquito. aqua uidelicet priore effusa: dein salis, aut gari portiũcula addita, aliquod eorũ quæ aluũ modice sistunt, inijcito, puta acetum, ea mensura ut gustũ non offendat. Ita enim pharmacũ iucundissimum atq; utilissimum effeceris, & cibũ non paucis eorum, qui diuturna diarrhoea cõflictantur, Porrò dixi nõ paucis, non C omnes complecti uolẽs. Nam hic quoq; limitationum est usus, per quas, eorũ qui diarrhoea iampridem laborant, affectus inueniẽtur. Omnino enim nullius rei uires experientia cõmode explorabis, nisi prius per rationem ad unguem cõpertum habueris affectum, cui applicatur quod exploras, siue id sit cibus, siue potus, siue medicamẽtũ. Quippe affectuũ cognitio, est materia remediorũ, non ipsorum remediorũ cognitio. At quoniã fieri non potest, ut, nisi quis materiarũ, quibus utimur, facultates exacte calleat, illarũ ope egẽtibus succurrat, necesse est ut alibi de pharmacorũ, ita hoc quoque loco de alimentorũ facultatibus disseramus.

VIII Cognitio aũt horũ uix tandẽ longo tempore recta nobis accedit, quam cõsequimur cum D ex certa definitaq; experiẽtia, tum ex halituum saporumq; natura (quæ duo rebus, quas examinamus insunt) ad hæc, ex consistentia quã habent secundum lentorẽ, aut laxitatem, et densitatem: aut leuitatem, & grauitatem. Hæc enim omnia ad ipsarum inuentionẽ adeo conferunt, ut cum in peregrinã regionem perueneris, siquid esculenti nunquam prius tibi conspecti offenderis, permultas sis occasiones atq; adiumenta ad eius facultatem pernoscendã habiturus. Cæterum quæ Mnesitheus de radicibus, caulibus, folijs, fructibus, seminibusq; prodidit, nõ certam ualde habent dignotionem, si non experientia definita ipsa exploraris: quod ex ijs quæ sequentur, fiet manifestũ. Statui enim de cibis singulis seorsum pertractare. Quòd

A si tractatus ipse longior erit, poterimus ipsum postea alio quodam minore libello perstringere. qui ijs qui artem callent utilis erit: quandoquidem exercitatio sola ac doctrina, quę per diffusam enarrationem traditur, nos artifices reddit. Ideoq; nõ inscite illud mihi uulgo dici uidetur, optimã esse doctrinam, quæ uiua uoce traditur. neq; enim quenquam ex libro nauclerum, aut alterius artis artificem euadere. Libri enim sunt ijs, qui ante eruditi fuerunt, monimenta, non rudium & indoctorum doctrina perfecta. Quòd siqui sint, qui præceptoribus careant, uelintq; ijs, quæ planè ac copiose sunt scripta (qui nobis scribendi mos est) diligenter incumbere, magnum ij fructum capiẽt, potissimum si ea relegere identidem non grauentur.

De tritico. Cap. IX

Haud iniuria medicorum plurimi præsentẽ doctrinam à tritico mihi uidentur auspicati: quando cum apud Græcos omnes, tum barbarorum plurimos, semen hoc & frequentissime & summa cum utilitate usurpatur. Inter tritica aũt plurimũ habẽt alimenti, quæ densa sunt, totamq; substantiam habent adeo compactã, ut dentibus uix diuidi queant. Talia enim exigua mole, corpora plurimum nutriunt: quæ uero ijs sunt contraria, quæq; dentibus quidem facile frangũtur, fractaq; rara ac laxa apparent, magna mole exiguũ reddunt alimentũ. Quòd si utrorumq; parem modũ pendere libuerit, quæ densa sunt, multo grauiora esse cõperies. Hæc autem sunt, colore etiam laxis flauiora. Explorare autem horum naturam non simpliciter oportet, superficiem externam duntaxat contemplando, sed diuidendo quoq;, ut diximus, ac frangendo: multa enim quæ extrinsecus flaua ac densa fuerunt uisa, rara intus ac laxa albaq; apparuerunt. Quæ sanè furfuris habent plurimũ: & siquis posteaquam molita sunt, tenuissima farina excussa, ex reliquo panes, quos πιτυρίας, id est, furfuraceos appellant, fecerit, parum quidem ipsos alere, uentrẽ uero multis excremẽtis implere experieť: ob eamq; causam facile etiam subire. Præterea q furfur nonnihil facultatis habet detersoriæ, merito intestinis irritatis celeris eorum fit deiectio. Iis autem contrarij quidem sunt panes purissimi, plurimum ponderis exigua mole habentes: omnium uero panum tardissime deijciuntur. Videbis sanè illorum massam subactam admodum lentam, ita ut q longissime indiuulsa trahatur. quod corporis lenti est proprium. Merito igitur ij quidem & fermento copiosiore indigent, omniumq; maxime subigere eos oportet: nec statim post fermentum & subactionem assare. Furfuraceis uero paucum fermentum, & lenis subactio, breueq; interuallũ sufficit. Pari modo qui puri sunt, assationem diuturniorem: furfuracei, breuiorem postulant. Porrò nõ pauca est inter purissimos, ac sordidissimos, minoris maiorisq; ratiõe latitudo, cum alios quidem puros, alios sordidos & uocemus, et re uera sint. Est autem & alia panum species inter hos planè media, quos αὐτοπύρους appellant: medici autem ueteres ipsos nominabant συγκομιστὸς Cæ-

terum quòd hi fiant ex farina à furfure non separa A
ta, & furfure à pura farina non separato, omnibus
id est perspicuum: illinc enim nomina ipsis indide
runt: αὐτοπύροις quidem, quòd ὅλος αὐτὸς ὁ πυρός,
id est totum ipsum triticum, nulla sui parte adem-
pta in panificium cedat: συγκομίστοις autem, quòd ad
ipsos conficiendos tota farina nusquam à furfure
seiuncta συγκομίζεται, hoc est, comportetur. Ve-
rum & inter hos ipsos, qui ad unguem medij inter
furfuraceos & quàm purissimos panes esse uidentur,
non parua est pro tritici natura differentia. Siqui-
dem ex denso ac graui tritico, præstantiores: ex la
xo autem ac leui, panes sunt deteriores. Et apud
Romanos quidẽ ut & apud alios propemodum
omnes, quibus ipsi imperant, panis quidẽ purissi-
mus σιλιγνίτης, id est, siligineus: qui autem huic B
est proximus, σεμιδαλίτης, id est similaceus, nun
cupatur. uerũ σεμίδαλις quidem græcum nomen
est & antiquum: σιλίγνις uero neque græcum est,
neque ipsam aliter possum exprimere. Inter panes
igitur, siligineus plurimum alimentũ præstat: post
ipsum autẽ, similaceus: tertio loco, medius qui &
συγκομιστὸς & αὐτόπυρος dicitur: quartũ post hunc
est sordidorũ genus: in quibus furfuraceus est po-
stremus, minimumque omnium nutrit, & omnium
maxime per aluum subit. Concoctu autem inter
panes sunt facillimi, qui plurimũ sunt fermentati
& pulcherrime subacti, quique in clibano igne mo-
derato fuerunt assati. Nam ignis ardentior primo
statim occursu superficiem externã circumurens
in testę modum indurat, acciditque duplici nomine C
prauum panem fieri: priori quidẽ, quòd partem
internam habeat crudam atque illaboratã: posterio
ri uero, quòd externam siccam habeat, ac præassa
tam ac testaceã. Porrò ignis moderato remissior,
panẽ minus belle elaborat, sed ipsum crudiorem
relinquit, & maxime partem omnem eius inter-
nam. Qui autẽ in igne moderato, largiore spatio
per totos seipsos æquabiliter assati fuerint, ij tum
bellissime in uentriculo concoquentur, tum ad cę
teras actiones, quæ coctionẽ cõsequuntur, erunt
accõmodatissimi. Pessimi autem panes ij sunt ha-
bendi, quibus nihil memoratorũ ante, adest. Cum
autem iam fines probitatis & prauitatis in pani-
bus constituerimus, nemo iam est, qui non uel ta-
cẽtibus nobis facile intelligat, alios esse panes, qui
aut optimis, aut deterrimis sint propinqui: alios D
porrò ab illis discedere, tum alios quosdã inter u-
trosque hos locũ mediũ obtinere. Proinde quemad
modum prius de melle admonuimus, non simpli
citer esse pronunciandũ, ipsum salubre esse aut in
salubre: sed pituitosæ quidem naturæ, hoc est, hu-
midiori ac frigidiori quàm temperata, ipsum esse salu-
bre, nec minus etiam si ea natura tantum fuerit fri
gidior sine multa humiditate, aut humidior sine
multa frigiditate: calidis autem temperamẽtis, ac
his etiam multo magis calidis ac siccis, haudqua-
quam ipsum conuenire: Ita panum quoque is athle-
tæ quidem est accõmodus, qui neque bellissime est
assatus, neque multũ habet fermenti: priuato autem
& seni, qui bellissime quidẽ in clibano est assatus,

fermenti autem habet multum. Porrò qui fermen
to omnino caret, nemini prorsus est accõmodus.
Quòd si casei aliquid insuper addatur (ut rustici
apud nos festis diebus solent apparare, eosque pa-
nes ipsi uocant ἀζύμους, id est fermenti expertes)
ab eiusmodi prompte omnes læduntur, etiã siqui
fortissimo sint corporis habitu: cuiusmodi sunt
messorum, ac fossorum robustissimi. Ab his nanque
facilius confici uideas panes ἀζύμους, ut bubulam
etiam ac hircinã, quàm à grauibus athletis. Quid iam
loquar de ouilla aut caprina: cum in Alexandria
asinina quoque uescantur: sunt qui & camelina.
Ad ipsarũ enim coctionem nonnihil confert tum
cõsuetudo, tum uero earum carnium, quæ sumun
tur, parsimonia: ac denique ipsa totius corporis ina-
nitio, quæ illis necessario accidit, qui toto die in
priuatis operibus sese cõficiunt. Carnes enim ina-
nitæ rapiunt ex uentre succum non modo semico
ctum, sed nõnunquam etiam omnino crudum atque in
coctum, cum cibo sumpto operibus sese reddide-
rint: ob eãque causam ij grauissimis morbis postea
prehenduntur, & ante senectam intereunt. Quæ
cum uulgus ignoret, illos ob corporis robur bea-
tos prædicat, cum ea esse & cõcoquere ipsos uide
at, quæ nemo nostrum, neque edere queat, neque co-
quere. Quòd autem eorum plerique qui laboribus
sese confecerunt, à prauis cibis minus lædantur, in
causa est, quòd ijs somni sint profundiores, quæ
res ad coctiones multum ipsis adfert momenti.
Quòd si ipsos plures ordine noctes insomnes du-
cere coegeris, morbo statim corripientur. Illi igi-
tur unicũ hoc ad prauos cibos coquendos habẽt
commodum: Athletæ uero alimẽtis utuntur non
optimi succi, sed crassi ac uiscosi, illi quidem qui
inter ipsos sunt graues. quo nomine palestritæ po
tissimum appellantur: nunc uero & pancratiastæ
& pugiles ita appellantur. Cum enim id solum eis
sit propositũ, ut ad certamina sese comparent, in
quibus interdũ totũ diem, aut luctari, aut παγκρα-
τιάζειν coguntur, idcirco cibo indigẽt corruptu ac
euaporatu difficili: talis autem est, qui succum ha
bet crassum ac uiscosum, cuiusmodi potissimũ est
cibus ex carnibus suillis & panibus, ut diximus,
adparatis: quibus soli uere athletę uescunt. Quòd
siquis priuatus, & ab exercitatiõe alienus, eodem
cibo uti uoluerit, celerrime in morbum plenitudi
nis incurret, Græci uocant πληθωρικόν: quemad-
modũ si homo utens exercitationibus, oleribus,
ac ptisanæ succo aleretur, totum suũ corpus cele-
riter labefactarit, ac confecerit. Porrò siquis no-
strũ panibus illis utatur, quibus dixi athletas uti,
succus ex eis abundabit crassus ac frigidus, qualẽ
proprie crudum succum nominare consueuimus.
Est sanè & pituitæ succus crudus & frigidus, non
tamen crassus, ut qui humiditatem multam habe-
at, & spiritum flatulentum. Crudus autem succus
proprie nuncupatus, talis est, quale id apparet, quod
in urinis subsidet, puri quandoque adsimile: uerum
pus & graueolens est & lentum: crudus uero suc-
cus, crassitie & colore illi duntaxat est similis, ut
qui neque graueolens est, neque lentus. Non tamen
febri

febricitantibus quidem ex crudorum humorum copia solis in urinis subsidet, cuiusmodi dixi: sed & sanis, qui post multos exantlatos labores, cibos duros ac cõfectu difficiles esitant. Verum de alijs quidem postea tractabimus. Nũc uero, quoniam de panibus primo statuimus disserere, ijs quę à nobis dicta iam fuerunt, hæc adijciamus. Omnium quidem optimi sunt clibanitæ, ad eum quem præscripsi modum, tum assati, tum ad assationem præparati. Proximi autẽ ipsis sunt, qui in minori furno assantur *ἰπνῖται* nuncupati, eodem uidelicet quo prædicti, modo præparati: sed quia in profundo nõ similiter assantur, ob id ipsis inferiores sunt. At qui super craticulam, aut cineres calidos, aut foci pauimentum ceu clibanum assantur, praui omnes sunt, ut qui inęqualiter se habeant. Nam partes ipsorum extimæ supra modum sunt assatæ: intimæ autem crudæ. Cæterum ijs, quos propterea ꝙ cineribus tecti assanẽ, subcinericios nuncupãt, cineres ipsi prauitatem aliquam aspergunt: quapropter omnium panum hos (si ipsis cætera omnia ante pariter adfuerint) quod ad assandi saltem modum attinet, propemodum dixerim esse deterrimos. Oportet enim semper ea de quibus agitur, ita accipere, ut quæ inter se comparantur, in illis duntaxat de quibus agiẽ, mutuo dissideãt. Quandoquidẽ si quæ pluribus inter se modis discrepãt, cõtuleris: quæ de singulis ipsis membratim & seorsum dixeris, ea omnia collecta habebunt. De panum igitur differentia abunde dictum est.

De placentis, quæ ex farina triticea fiunt, Græci πέμματα uocant. Cap. X

De alijs autem placentis quæ ex triticea farina parantur, dicere nunc fuerit oportunum. Ergo hæ quas Attici quidem *ταγηνίτας*: nos autem Græci, qui Asiam colimus, *τηγανίτας* appellamus: parantur ex solo oleo. Oleum autem solum in sartaginem, igni fumi experti impositã, inijcitur: quod ubi incaluerit, triticea farina multa aqua imbuta, ei adfunditur: quę celeriter dum cum ipso oleo coquitur, cogitur ac densatur, instar casei teneri in calatho cõcrescentis. tunc autem iam ipsam uertũt, superficiem quidem ipsius superiorem infra constituentes, ut ipsa sartaginem etiam tangat. quod uero prius erat inferius, quodꝗ abunde iam est coctum, sursum in sublime tollentes, ut iam sit in superficie, & cum iam quod modo infra est, concreuerit, postea uertunt ipsam bis forte aut ter, quoad tota placẽta ęqualiter ipsis cocta uideatur. Perspicuum sanè est, quòd ipsa quidem crassi est succi, quodꝗ uentrem cohibet, & succos crudos gignit: quapropter & à quibusdam mellis quidpiam ei admiscetur: sunt qui & salem marinum miscent. Fuerit autem iam id quidem placentæ genus quoddam aut species, aut quocunꝗ modo appellari libeat, quemadmodum & alias quasdam placentarum species, tum rustici homines, tum urbanorum pauperrimi ex tempore componunt. Itaꝗ quæ *πέμματα ἄζυμα* in clibano assant, atꝗ mox quàm extracta sunt, in mel calidum, ut id in tota sese recipiant, inijciunt, placentæ etiam sunt genus quoddam: præterea, omnia quæ cum melle dulciaria liba apparantur.

De uaria liborum compositione. Cap. XI

Duplex autem est liborum species. præstantior quidem, quam rhyemata: deterior uero, quam lagana appellant. Omnia igitur hæc quæ ex simılagine componuntur, crassi sunt succi, & tarde transeunt, iecorisꝗ meatus per quos fertur alimentũ, obstruunt, lienis imbecillitatem augent, calculos deniꝗ in renibus gignũt. Quòd si cocta belle fuerint, atꝗ in sanguinem mutata, admodũ nutrient. Quę uero cum melle parantur, mistam habent facultatem. Cum enim mel ipsum succum habeat tenuem, & ea quibus cum miscetur, tenuet: merito fit, ut quæ mel copiosius, dum parantur, assumpserint, quæꝗ diutius cocta fuerint, minus tarde transeant, succumꝗ ex tenui & crasso mistum generent: iecori uero, renibus, & lieni, in recte quidem habentibus, magis quàm ea quæ sine melle parata sunt, conducant: In ijs uero qui obstructionis principium habent, aut inflammatione, aut scirrho sunt obsessi, nihil minus quàm illa nocẽt, non nunquam etiam lõge grauius: & multo omnium maxime, quorum farina fuerit admodum lenta. Succus nanꝗ qui ex ijs proueniet, non modo propter crassitiem ferri prorsum inhibetur, uerumetiam intrinsecus angustis uasorum finibus oblitus adeo impingitur, ut haud facile solui queat: atque ita uiscus læsum, ijs qui ita sunt affecti, sensum ponderis exhibet, ciborum ac potuum tenuantiũ ope indigens. Scripsimus autem alibi uno libro de uictu attenuante. Nihil tamen eorum, quæ ita sunt parata, neꝗ thoracem, neꝗ pulmonem offendit. Verum de edulijs quidẽ, quæ crassum ac lentum succum generant, alio loco postea differemus. Sermo autem, qui nunc in manibus est, postulat, ut cum alia quæ adhuc exposuimus, memoria teneas, & omnium potissimum, panum facultatem, ꝙ eis assidue utamur. Nec sanè obfuerit, quæ de ipsis diximus, summatim repetere. Optimus certe panis ac saluberrimus fuerit homini neꝗ iuueni, neꝗ exercitationibus dedito, qui tum salis, tum fermenti habet plurimum, quiꝗ plurimum ab artifice ante quàm formeẽ, & assetur, sit subactus, et (ut supra diximus) in clibano mediocriter calido assatus. Modum uero fermenti ac salis, gustu iudicato: quod namꝗ in largiori horum mistura iam offendit, prauum. Quatenus igitur gustus nullum adhuc sensum tristem ex ea mistura percipit, eatenus ipsorum copiam augere præstiterit.

De pane loto. Cap. XII

Porrò, qui panis abluendi rationem excogitarunt, minoris sanè alimenti cibũ, sed qui ab obstructionis noxa absit quoad licet longissime, inuenerunt. Siquidem panis hic succum habet minime crassum ac lentum, ut qui ex terrestri aereus sit factus. Eius porrò leuitas apparet, cum per staterã, tũ quòd in aqua nõ submergatur, sed instar suberis supernatet. Cæterum id edulium quod ruri apud nos coquunt, quod ex multa triticea farina lacti mista constat, scito ex ijs esse, quæ intus obstru

unt. Vt igitur cibi ij omnes boni sunt succi, & multi alimẽti, ita eos qui ipsis assidue utuntur, lædunt, obstructiones in hepate parientes, & in renibus calculos gignentes. Cum enim humor crudus lentorem assumpsit, et transitus per renes quibusdam natura sunt angusti: ibi quod crassissimum est, ac maxime lentum, diutius moratum, πῶρον, id est, tophũ prompte gignit: cuiusmodi in uasis in quibus aquam calfacimus adcrescit, aut ad saxa adfigitur in plerisq; aquis calidis sponte nascentibus. Cõfert autem ad id maxime renum ipsorum temperamentum, quando ipsorum calor acris fuerit ac ueluti igneus. Ex eo autẽ genere sunt & πῶροι, qui in arthriticis generantur. Fluit enim semper quod in corpore redũdat, in partes imbecillimas, pro suaq; ipsius natura, in ipsis affectum excitat. B Cæterum cum postea de lacte agemus, de omni ipsius usu trademus, quemadmodum certe & de cibis incrassantibus: quandoquidem & alia quædam sunt, quæ eam habent facultatem.

De alica. Cap. XIII

Alica ex genere est tritici, ualenterq; nutrit, succumq; lentũ habet, siue in aqua duntaxat coctam cum mulso, aut uino dulci, aut etiam adstringente (nam horũ quoq; suo proprio tempore utimur) siue cum oleo saleq; conditam sumas. Nonnunq; autem et acetum illi inijcitur. Atq; preparatam eo modo alicam, medici alicoptisanæ confectionem fuisse dictitant: quidam autem dicunt ex alicæ ptisana, ægrorum fuisse cibatum. Veterum uero nonnulli, ut Diocles & Philotimus, ptisanã triticeam, C alicam hoc modo structam appellitant. Quapropter eius nomen apud antiquos est rarum, quemadmodũ & sitanij id est horni tritici: ipsum enim cõmuni nomine, triticum nuncupant. Dictũ porrò est in libro Hippocratis de ratiõe uictus, panes ex alica factos, plurimi esse alimenti, sed minus secedere: præterea similaginẽ & alicam coctam ualentis ac multi esse alimenti. Proinde usum huius multum uitare conuenit, idq; potissimum quibus iecur facile obstruitur, aut renes calculis gignẽdis sunt appositi. Maxime præterea intentos esse conuenit ijs sorbitionibus, quæ ex alica lota nuncupata parantur. Succus namq; ipsius hic est aquæ cõmistus, qui cum coctionem postulet plurimã, præparantibus quidẽ ipsum, quasi satis coctus sit, im- D ponit. Aegrotos uero, quibus ipsum parant, lædit non minimũ. Celeriter enim, quod instar glutinis sit lentus, cõcrescit ac densatur. Oportet igitur ipsum multa aqua admistũ, super carbones coquere plurimũ mouẽdo, quoad exacte coctus fuerit: tũ uero salis quidpiã etiam inijcere. Oleũ aũt etiam si initio statim immiscueris, nihil fuerit incõmodi. Sed id quidẽ obiter sit dictum: ad medendi enim rationem, nõ ad præsens institutũ, pertinet. Quòd siquando sani ob uehementẽ uentris mordicationem, siue ob biliosi humoris multi trãsitũ, siue ob aliud id genus, sorbitione eguerint: ijs alicam plurimum coctam, usq; dum extabuerit, deinde colatam, atq; ita conturbatam, ut ptisanæ succo colato sit persimilis, sorbendam tunc exhibeto. Con-

A ditura autem eadem est quæ alicæ lotæ.

De tritico in aqua elixo. Cap. XIIII

Nisi ipse aliquando triticum in aqua elixum comedissem, nunquam aliquem eius usum in cibo esse credidissem. Neq; eñ fame grassante ad hunc utendi modum quis accesserit, cum suppetente tritico, panem ex eo facere possit. In cœna uero quemadmodum elixum frixúmue cicer, & alia quædam semina similiter parata, pro tragematibus, quæ uocant, sumuntur: ita triticum elixum à nemine sumitur. Ob eas sanè causas nunquam crediddissem quempiã triticum elixum esitasse. Cum autem & ipse aliquando rus procul ab urbe cum duobus adulescẽtibus meis æqualibus profectus rusticos iam cœnatos deprehendissem, & mulieres sese, ut panem facerent, accingere (pane enim carebant) unusq; ex ipsis repente triticum in ollam cõiectum coxisset, deinde sale mediocri conditum, ut ederemus, esset hortatus (cogebamur autem id facere, ut par est, qui nimirum iter confeceramus atq; esuriebamus) abunde certe comedimus, pondus tamen in uentriculo sensimus, ut lutum ipsi incumbere uideretur. Et cum postero die non coxissemus, totum diem cibum ita fastidiuimus, ut nihil edere potuerimus: præterea flatulẽto spiritu eramus pleni, caputq; dolebat, & oculi caligabant. Neq; enim per aluum quidquam excreueramus, quod unicum in cruditatibus est remedium. Rogabam igitur rusticos, num & ipsi aliquãdo elixum triticum edissent, tum quonam pacto fuissent ab illo affecti. Illi uero & esitasse se frequenter, eadem qua nos necessitate compulsos, responderunt, triticumq; ita preparatum graue & concoctu difficile esse edulium: quod sanè uel citra experimentum colligi facile poterat. Quando enim ne ipsius quidem sumpta farina, ut ante retulimus, concoctu sit facilis, nisi per salem, fermentum, subactionem, contritionem, clibanumq; elaborata fuerit: quis non intelligat illaboratum triticum esse contumacissimum? Vires tamen triticum habet magnas, si sic sumptum, concoquatur, nutritq; ualide corpus: ac robur insigne ijs, qui ipso usi fuerint, conciliat.

De amylo. Cap. XV

Amylum ex tritico conficitur, partes exasperatas leuigandi uim obtinens: quæ efficacia substantijs omnibus consistentia siccis est cõmunis, quæ neq; astrictionem, neq; acrimoniã, neq; aliã quamuis facultatem habent insignem, quas substantias iure ἀποίους, id est, qualitatis, quæ sensu deprehendi queat, expertes, appellãt, qualis inter humidas substãtias est aqua. Cæterum amylum similem panibus lotis habet facultatẽ: Verum, minus, quàm panes non loti, corpori prebet alimentum, & non calefacit, quemadmodum neq; illi, cum cæteri panes calefaciãt. Quod uero ad triticum in aqua elixum attinet, cum eo amylum ne conferendũ quidem est, cum palàm id tum calfaciat, tum ualenter nutriat, si concoctum fuerit: id quod factu (ut diximus) est difficile.

De

De hordeo. Cap. XVI.

Hoc semen in usu frequenti apud homines est, quod non eandem cum tritico habet facultatem. siquidē triticū palàm calefacit, hoc uero non modo non calefacit (quomodo nōnulla, quæ in medio sunt calefacientiū & refrigerantiū, ut amylū, & panis lotus) sed quoquo modo ipso utare, siue panes ex ipso feceris, siue ptisanam coxeris, siue ἄλφιτα, id est polentam feceris, uim quandam refrigerandi habere cernitur. Dissidet præterea à tritici natura, succi specie, quam utrunq; ipsorū gignere consueuit. Siquidem triticum, crassum ac lentum: hordeū autē, tenuē & nonnihil detersorium succū in nobis gignit. Quoquo igitur modo hordeū paraueris, nunq; corpus calfacit: sed uarie pro modo præparationis humectat ac siccat. Quando quidem polēta, quæ ex frixo hordeo est facta, siccare perspicue cernit: ptisana autē humectat, cum saltē, ut decet, fuerit parata, hoc est cum in coctione q; plurimū intumuerit, postea igne lēto diutius in succū fuerit redacta. Acetū aūt ei tunc admiscetur, cum planè intumuerit. Cū uero cocta exacte fuerit, sub edendi tempus salem tenuē inijcere oportet. Oleum autem si initio statim inieceris, coctioni nil nocueris. Aliud tamen nihil est miscendum, nisi uelis anethi aut porri quidpiam, idq; initio statim, immiscere. Video autem à cocis omnibus ptisanā pessime parari. In mortario nanq; crudam ipsam tundentes, non ad ignem coquentes, dissoluunt. Sunt qui amylum etiā inijciant, ut per coctionē in succum copiosum uideatur esse redacta. Talis certe ptisana merito maxime est flatulēta, & concoctu admodum difficilis. Quæ uero in ptisana recte parāda prætermisi, ea adijcere oportet. Crudam ptisanā aliquandiu in aqua præmaceratam, deinde in mortariū iniectā manibus terere conuenit, asperam quampiam rem in se habentibus, cuiusmodi est quod uocant spartū, ex quo iumentis soleæ nectūtur: usq; eò autē terendū, dum præpositus ac qui in superficie est, cortex sit abiectus. is enim, quo uestitur ceu tenui tunica, non totus inter pinsendum abijcitur. Quapropter & præmaceratur, & in mortario tunditur. Quòd si non quicquid est aceris, deciderit, elixa ptisana magis quidem deterget, nullam autem aliam noxam accipit. Pessima est autem ptisanæ præparatio, cum ubi coci crudam ipsam in mortario cum aqua contuderint, deinde parumper coxerint, ἕψημα καὶ σίραιον, id est, sapam inijciunt. Quidam autē cum his mel quoq; & cuminū inijciunt, cinnū quendā uerius q; ptisanā cōparantes. Verū quæ probe parata fuerit, utilitates, quas memorat Hippocrates, tum sanis, tum ægrotis hominibus præstabit. siquidem lentor eius, ut inquit, leuis, & cōtinuus, & lenis est, & lubricus, & humidus moderate, sitimq; arcet, & ad abluendum, siquid opus erit, est idoneus: neq; adstrictionē habet, neq; turbationē malam gignit, deniq; in uentriculo non exturgescit, si quidem inter coquendū intumuit, quantū plurimum intumescere poterat. Hęc certe nobis in præsentia de ptisanæ facultate suffecerint, non me-

A di rationem tradētibus, sed alimentorū duntaxat uires explicantibus: quanq; in sermonis transcursu ipsorum usum quoq; attingimus.

De panibus hordeaceis. Cap. XVII.

Nunc certe ad hordeaceos panes transire fuerit tempestiuum, quos homines eodem, quo triticeos, modo parant: sunt autē non modo triticeis, uerumetiā olyrinis, & multo adhuc magis typhinis friabiliores, nihil in se lentoris, ut illi, habētes. Ex quo perspicuū est, q exiguū corpori præbent alimentum, & potissimū si facti ex peiore hordeo fuerint, ex quo Hippocrates ne ptisanam quidem fieri uoluit. neq; enim, dum coquitur, succū copiosum ex seipso emittit. Laudatissimū autē est, quod candidum, ubi pinsitū est, apparet, nonnihilq; den-

B sitatis ac ponderis (quantū hordeo datum est) habet. Porrò quod totū plenū est, & circumscriptionē externā habet tensam, melius eo est, quod gracile est ac rugosum. Verū id quidē seminū omniū cōmune tibi esto indiciū: nisi forte aliquando molem multo quàm pro sua natura habeant maiorē, sintq; molliora ac laxiora: scito enim ea humiditatem habere superfluam, prædictisq; esse deteriora. Ob eamq; causam non conuenit ijs post collectionē uti, sed ubi ea in locis siccis reposueris, diu ab eis abstinere, quò interea pars quidem humoris superflui exhalet, pars autē etiā coquat, quoad siccata mediocriter contrahantur. Defluit enim à plantis seminibus & fructibus, postq; collecta fuerint ac reposita, primū quidem quicquid in ipsis

C aquosum est ac tenue, post autem & nonnihil humidi naturalis. Cum enim substantiam habent iusto sicciorē, sunt ijs deteriora, quæ ad summū bonæ habitudinis peruenerunt, non tamen iam omnino sunt praua. Quinimo ijs affectibus, quos siccando corrigere oportet, sunt utiliora. Quæ autē diutissime fuerunt reposita, uires habent imbecilliores. Huius porrò terminus sit, cum ab ipsis diuisis puluis quidam tenuis excidit. Hæc itaq; semel nūc dicta, in omnibus memoria teneto. Nō enim libēter de ijsdē sæpe eadē repeto, nisi quando necesse uidetur, nudū duntaxat caput memoriæ causa repetere. Ad panes autē hordeaceos, de quibus dicere instituteramus, reuersi dicamus, in ijs quoq; quasdā esse differētias, illis, quas paulo ante in tri-

D ticeis recēsuimus, respōdentes. Omnes nanq; triticeis multo minus alunt, qui tamē ex præstantissimo hordeo cōficiunt, minus à triticeis in eo superant: qui uero ex laxo ac leui, panibus furfuraceis respōdent. Panes aūt ex hordeo eiusmodi citissime per aluū subducunt, q̄d reliquis q̄q; non minimum accidit, si triticeis eos cōtuleris. Quæ porrò inter hos mediæ panū hordeaceorū sunt præparationes, similes sunt ijs, quas in triticeis retulimus.

De polenta, quæ Græce ἄλφιτον dicitur. Cap. XVIII.

Ex recenti hordeo mediocriter frixo, laudatissima fit polenta: cuius si copia non sit, nonnunq; & ex alijs ipsam conficimus. Cum autē polenta omnis, quæ recte sit facta, boni sit odoris, ea est suaueolentissima, quæ ex optimo ac recenti hordeo, & quod aristam non admodū habeat siccā, est con-

fecta. Complurib⁹ autē per ſanitatē mos eſt, eam ſapa & uino dulci mulſoq; cõmiſtis, nonnunq̃ ſola etiã aqua cõſperſam, æſtate duabus tribusúe ante balneũ horis bibere, aiuntq; ſentire ſe hoc potu ſiti liberari. Si tamen cũ uino auſtero fuerit epota, uentrē deſiccat. Polenta autē gentes quædam pro pane utuntur: quod ego ruſticos in Cypro facere ſum conſpicatus, tametſi ij frumenti plurimũ metant. Veteres autem militibus etiam polentã præbebant. Romani tamen milites ipſius imbecillitatem damnantes, ea non amplius nunc utunť. Exiguum enim corpori alimentum dat, priuatis quidē et omni exercitatione abſtinentibus, ſatis multum: ijs autem qui quoquo modo exercentur, minus quàm ſat eſt. Porrò ex his humidis ſubactis fiunt mazæ, de quibus deinceps diſſeremus. Præſertim cum Philotimus in primo libro de Alimentis de ipſis copioſius diſputans, quod in eis tamen erat utiliſſimum indeterminatum reliquerit.

De maza. Cap. XIX.

Cuiuſq; eduliorum uires potes, uel ante certam experientiam ex ipſius natura conijcere. Etenim perſpicacis ingenij uiro farina, quæ planè tenuis eſt, & alba, & ab omni furfurea ſubſtantia pura, ſatis intelligetur, in uētriculo quoq; citius ac magis alterari, eoq; probius concoqui, & facilius in corpus diſtribui, promptiusq; nutrire, ut quę tota corporibus alendis aſſimiletur, atq; apponať. Quod autem in ipſa furfureum eſt, ac durum, ut extrinſecus in aqua diſſolui nõ cernitur, eadem ratione ne in uentriculo quidem madefactũ diſſoluitur, ſed totũ, ut ſumptũ fuerat, indiuiduum permanet atq; inconfectũ. Hoc igitur non poteſt nec probe concoqui, nec diſtribui, propterea quòd uenarum orificijs, quæ ad uentriculũ & inteſtina pertinēt, nihil prorſus cõgruit, neq; illabitur: quas res neceſſario ſequitur, tum ut maior ſtercoris uis ex ipſo aceruetur, tum ut citius ſubeat, partim propter ipſius copiæ pondus, partim etiam quòd furfureum omne qualitatē habet deterſoriã. Quæ omnia ſiquis reputet, intelliget, tantũ mazam in alendo corpore ab hordeaceis panibus ſuperari, quantum hi à triticeis ſuperantur: quippe cum hordeũ initio ſuapte natura furfurē habeat non paucũ, frixum iam eum ipſum habet, tum ſicciorē, tum fractu ac cõminutu difficiliorē: ſiccius autem eſt & id, quod hoc eſt pręſtãtius, ex quo corpus ſumebat alimentũ. Quo fit, ut maza panibus hordeaceis ægrius coquatur, magisq; uentriculum flatu impleat, in quo etiam, ſi diutius manſerit, turbationē excitat. Citius autē ſubducitur, ſi commiſta diutius fuerit, ac ſubacta. Quòd ſi mel quoq; addatur, citius etiã ob id uentrem ad excretionem incitabit. Cæterũ quod Philotimus opinatur, ſuccũ craſſum, glutinoſum, ac frigidũ ex omni maza generari (quē ipſe cum pręceptore ſuo Praxagora uitreũ appellat) ſecus profecto habet: cum polenta neq; lentorem habeat, qui alicę ineſt maxime, nec multum nutriat. At illũ fefellit maza copioſior, ac diutius in uino dulci & ſapa ſubacta: quam ipſe, quemadmodum Athenienſes τριπτὴν, id eſt, tritã appellauit. quod enim

A in ea triticeæ maſſæ reſpondet, ductile eſt, ac glutinoſum, cũ ob diuturnã macerationē, tũ ob humoris polētæ cõmiſti craſſitiē. Quēadmodũ autē cõtritio multa cum craſſo liquore, facit, ut trita farina, lenta appareat, etiam ſi ea ex milio ſit: ad eundem modum ſuccus ptiſanæ apparet lentus: tametſi nihil in ſeſe habeat glutinoſum, neq; emplaſticum, ſed cõtra deterſorium, atq; inciſorium: quod in cute noſtra indicat, ipſius ſordes eluens. Quòd ſi paulo poſtquam cuipiam ſorbendam ipſam exhibueris, uomere ipſam feceris, pituitam quæ in uentriculo continebatur, detergebit, & omnia uomitu ſimul cum ea eijciet.

De typha, olyra, & zeia. Cap. XX.

Mneſitheus quidem typhas tertio loco poſt tri-
B ticum & hordeum numerat: Diocles autem de ipſis tradit indiligentius, cõpendioſum ſcribendi genus diffuſæ accuratæq; explanationi præponens. Eodem certe cõpendio de tritico, hordeo, alijsq; multis tradidit. paulo autem de his Praxagoras, ac Mneſitheus copioſius ſcripſerunt: attamen ne ipſi quidem ſatisfaciunt. Philotimus uero de quibuſdam admodum copioſe, de alijs autē egit ieiune: ſunt & quorũ ne meminit quidē, quemadmodum nec zeiæ, perſpicuũ autē eſt, ꝙ nec præceptor eius Praxagoras. Quãdoquidē Philotimus nõ modo eorum quæ ille ſcripſiſſet, nihil prætermiſit, ſed pleraq; etiam perpoliuit, atq; adiũxit. Illud uero mirũ uideri debet, ꝙ ne is quidē, qui librum de ratione uictus compoſuit (qui Hippocrati eſt
C adſcriptus) quiſquis is uir antiquus fuerit, nominis zeiæ mentionē unq̃ fecerit. Quòd ſi typhas à nonnullis putabat appellari zeias, idipſum ſignificaſſe oportuit: uerũ ſatius forte fuerit ipſorũ uerba adſcripſiſſe. Diocles ergo in primo libro de ſanitate ad Pliſtarchum (in quo ciborum facultates explicat) ſic ſcribit, Poſt hordeum autem ac triticum, facultatibus ſequuntur omniũ maxime olyræ, typhæ, zeiæ, panicum, milium. In quibuſdam autem exemplaribus zeię nomē omnino non eſt. Quin & in quibuſdam, non facultatibus, ſed utilitatibus ſcriptum eſt, hoc modo: Poſt hordeum ac triticum utilitatibus ſequuntur omnium maxime olyræ, typhæ, panicum, & milium, perinde ac ſi olyra ſemē eſſet à typha diuerſum. Mneſitheus au-
D tem uno ſemine, duo nomina ait cõtineri, ſcribēs ad hunc modum, Ex ſeminibus ad nutritionem ſunt appoſitiſſima triticum & hordeum: quod autem hæc deinceps ſequitur, duplici quidem nomine nuncupatur: eadem tamen res eſt, alij enim typham, alij olyram nominant. deinceps iſta adiungit; Poſt hæc autē ſunt zeia, milium, & panicum. Diocli certe ea de typha & olyra ſcribere, quę modo adſcripſi, ſatis uiſum fuit. Mneſitheus uero particulatim quoq; de ijs poſtea tractauit, primũ quidem de tritico & hordeo, mox de typhis, ſcribens his uerbis, Reliquorum uero ſeminum typha quidem eſt optima. nam & nutrit admodum, neq; magno negotio conficitur. Panem autem ex zeia nemo affatim citra ſanitatis diſpendiũ mãdit. Quòd ſi quis ei pani non aſſuerit, etiam ſi minimum ſum

pſerit

pferit, ægrotabit: est enim grauis & concoctu dif-
ficilis. Qui uero regionem colunt uehementer fri
gidam, eo semine coguntur nutriri, ipsumq; sere-
re, ꝙ frigoribus perstrenue resistat. Atq; hi prin-
cipio quidē paulatim edere assuescunt, tū quia in-
grati odoris est cibus, tum quia rarus est eiusmodi
regionibus frugū prouentus. Post autē, ꝙ familia-
re sit eduliū, accidit, ut facillime in corporibus cō
ficiatur. In summa autē statuere oportet, zeiā gra-
uem esse ac cōcoctu difficilem, firmā ac membra-
nosam. Ex his Mnesitheus apertissime indicauit,
cuiusmodi semē uocare uelit zeiam, quæ in frigi-
dis regionibus colitur. Equidē nec ipse regiones
omēs hybernas peragraui, nec ab alijs audiui, qui
eas perlustrassent, semē aliquod esse frumētaceū,
quod incolæ zeiam, aut zeam appellarent: utroq;
enim modo scriptū inuenitur, in alijs priore sylla-
ba in ε & ι, in alijs autem in ε tantum desinente.
Credere tamen possum fieri potuisse, ut Græci se-
men id sic appellarint: barbari autē proprium ipsi
nomen indiderint. Conspicatus autem in multis
Thraciæ & Macedoniæ agris non aristam modo,
sed & plantā totam nostræ typhæ in Asia simılli-
mā, interrogaui, quodnā apud illos homines ha-
beret nomen. qui mihi omnes responderunt, plan
tam totā & eius semen βρίζαν appellari, priori syl-
laba tribus his literis scripta, βρι: sequente, ζ & α,
in recto saltem casu: in accusatiuo autem cum lite
ra ν. Ex hoc porrò semine panis fit grauis odoris,
& ater, membranosam, ut Mnesitheus scripsit, sub
stantiam habente. Quòd si nigrum quoq; panem
(qui ex zeia fit) esse adscripsisset, facilius crederē
id esse semē, quod ab eo zeia nominatur. Est item
in frigidissimis Bithyniæ locis semen quoddam,
quod zeopyrum nominatur, prima syllaba ι non
habente, ut apud Homerum habet, cum ait,
Et zeia & triticum cum fœcundo hordeo & albo.
Ex eo autem panis fit præstantior, ꝙ qui in Mace-
donia aut Thracia ex briza conficitur. Ac ferè
quemadmodū nomē ipsum zeopyrum ex utroq;
nomine, zea scilicet & pyro, id est, tritico compo-
nitur: sic & substātia eius inter utrunq; media quo
dammodo est, ut si ex utroq; esset cōmista: proin-
de quanto tritico est deterius, tanto Thracia bri-
za est præstantius. Porrò urbium nomina, in qui-
bus semen id prouenit, sunt Nicea, Prusa, Crasso
polis, Claudiopolis, Heliopolis, & Doryle, quod
quidem extremū est Phrygiæ Asiaticæ oppidum:
habet autem & Phrygia ipsa semen eiusmodi in a-
gro proueniens, quemadmodū & aliæ quædā ur-
bes finitimæ. Videre autem est panem, qui ex hoc
semine conficitur, tanto eo, qui ex briza in Thra-
cia & Macedonia fit, esse meliorē, quanto triticeo
est deterior. Meminit zeæ & Theophrastus libro
septimo de plantis, sic scribens: Inter ea quæ triti-
co hordeoq; sunt similia, ut zeia, olyra, typha, aue-
na, & ægilops, zeia est firmissima, copiosissimeq;
fructificat, multiplicē altamq; radicē effundit, cul-
mo multiplici & crasso assurgens: fructus autē est
leuissimus, & cunctis animalibus admodū iucun-
dus. Deinde subdit, Typha autē omniū est leuissi-
A ma. nam calamū unicū, eumq; tenuem habet. qua-
re solū gracilius, nec uti zeia pingue ac fertile, ex-
poscit. Post hæc subiungit, Sunt autem hæc duo,
zeia scilicet & typha tritico simillima. Hæc quidē
de zeia Theophrastus: Herodotus autē libro se-
cundo ad uerbū hæc scribit: Tritico hordeoq; ple
riq; uictitant. Apud Aegyptios uero his in uictu
uti, summū dedecus putatur: utuntur autē olyris,
quas alij zeias nominānt. Dioscorides quoq; in se-
cūdo de medica materia, hæc scribit: Zeiæ duplex
est genus, quorū alterū simplex, alterum δίκοκκον
nominatur, quòd semen duabus membranis con-
clusum gerat: nutrit autē hordeo ualentius, & sto-
machum iuuat. Verum minus tritico nutrit si pa-
nis ex ea fiat. Crimnon autē quod ex zeia & triti-
B co fit, ratione trituræ farina est crassius, ex quo fit
puls: nutrit abunde, & facile conficitur. Quod ue-
ro ex zeia fit, uentrē magis cohibet, potissimum si
torrefacta prius fuerit. Præterea olyra eiusdē cum
zeia est generis, sed minus aliquanto nutrit: panis
quoq; ex hac fit, & crimnon. Athera autem fit ex
zeia trita tenuiter sub mola: sorbetur autē non se-
cus ac liquida pulticula, puerisq; est accōmoda: in
cataplasmatisq; ea utimur. Tragus figura quidem
alicæ similis est, nutrit autē multo minus ꝙ zeia,
quod multum aceris habeat, ob id et concoctu est
difficilior, & aluū magis mollit. De zeia igit̃ hæc
sufficiant. Mnesitheū profectò iure quis demire-
tur, ꝙ discrimen inter olyram ac typham non no-
uerit. Vtrunq; enim in Asia est frequens, & potis-
C simū in regione, quæ est supra Pergamū, adeo ut
rustici ipsi panibus ex ipsis factis semper utantur,
propterea ꝙ triticum omne in oppida cōportent.
Olyrini sanè, si modo ex bona olyra fiant, post tri-
ticeos saltem sunt præstantissimi: secundi autē ab
his sunt typhini. Quòd si olyrini ex uitioso semi-
ne sint facti, typhini non erunt eis inferiores. Ca-
lidi uero panes ex laudatissima typha facti, olyri-
nis longe sunt præstantiores: asseruati uero dete-
riores seipsis euadūt. Cum enim massa illorum sit
tenax ac ductilis, densatur maiorem in modum,
& maxime cum negligēter parati fuerint, adeo ut
qui panem huiuscemodi comederit, post unū aut
duos dies, ac multo magis sequentes aliquot, pu-
taturus sit lutum uentriculo suo inesse. At calidus
D adhuc cum est, ab ipsis etiā urbanis expetitur, ip-
sumq; cum caseo quodā mandunt, quē uernaculo
nomine oxygalactinon appellāt. Porrò hunc q̃q;
tenerū esse oportet, & ipsum panē calorē clibani
adhuc retinere. Qui certe in hūc modū est assatus,
non rusticis modo, sed urbanis quoq; hominibus
in delicijs habetur. Qui uero triū quatuorúe dierū
est, uel ipsis rusticis manditur insuauius. Præterea
concoctu est difficilior, ac tardius per aluū subdu
cit: quæ calido minime accidunt: qui tametsi hor-
deaceo, quod ad deiectionem pertinet, multū in-
ferior est, non tamen in eo adeo ut miliaceus est
uituperandus. Quinetiā corpus admodum, dum
calidus est, nutrit, ut penè triticeo syncomisto par
sit. Habet autem typhæ semen extrinsecus cor-
ticem ueluti olyra, & hordeum. uerum decortica-

tum

tum, in panes congeritur, omninoq; uſui accõmodatur. A Nam et ex aqua manditur elixum, haud aliter ac uocatus à ruſticis apothermus, ſapa, quam alij σίραιον, nos ἕψημα uocamus, iniecta: nonnunq; etiam cum ſale (quo modo me ipſum triticum retuli comediſſe) eſitatur. Ex nobiliſſima autem olyra, cum ut decet, fuerit decorticata, nominatũ tragum conficiunt: quo pleriq; utuntur primum in aqua decoquentes, deinde ea effuſa, ſapam, aut uinũ dulce, aut mulſum infundentes, ſuperinijciunt & pineas nuces aqua præmaceratas, donec plurimum intumuerint. Quidam autem ſemen hoc, genere quidem, non tamen ſpecie cum olyris idem eſſe affirmant. Sunt autem & alia permulta ſemina prædictis quidẽ adſimilia, non tamen eadẽ penitus ſpecie: quæ partim in hordei ac typhæ, B partim in typhæ olyræq;, aut olyræ & tritici medio ſunt loco: quædã uero ad olyræ, alia ad hordei aut typhæ, alia ad tritici: ceu alia ad panici, alia ad milij naturam proxime accedunt. quæ nomina habent alia ſimplicia, ut in Italia ex quo alicã faciũt: alia compoſita, ut in Cappadocia quod uocatur γυμνόκριθον, id eſt, hordeum nudum ac corticis expers, in Bithynia autem zeopyron. Verum ſatius fuerit eiuſmodi nominum ac ſeminum diſquiſitione omiſſa, de omnibus cõmuni quodam ſermone tractare. Quæ igitur parua mole multã habent ſubſtantiam, eamq; craſſam ac uiſcidam, optimi ſunt ſucci, ac multi alimenti: non tamen facile per aluũ ſecedunt. Quæ uero his ſunt cõtraria, mollem quidem ac laxam habent ſubſtantiam: partes autem C ipſorum furfureæ, citius quidem ſubducuntur, ſed alunt minus. In ijs ipſis quæ graueolentia ſunt, & guſtum quendam habent iniucundum, perſpicuum eſt, quòd omnia & praui ſucci ſunt, & coctu difficilia. Quòd autem exiguæ moli permultum inſit ſubſtantiæ, tum ex pondere cum in ſtatera appenduntur, tum ex farinæ copia cognoſces. ea namq; copioſa in ijs quæ cõpacta denſaq; ſunt ſubſtantia, ab exigua mole redditur. Porrò caliditatis & frigiditatis diſcrimen ante quidem quàm edantur atq; intrò in corpus ſumantur, cum ex colore & guſtu facile tibi erit colligere, tum etiam ex uſu, quem nobis foris applicata adferunt. Poſtea autem quàm eſitata atq; intrò in corpus ſumpta fuerint, exactam ſui dignotionem ac ſenſum, D dum in uentre ſunt, ijs qui ſumpſerint, adferunt, quòd calfaciant aut refrigerent, aut neutrum horum manifeſte efficiant. Quòd uero ad colorem naturalem attinet, in hordeis quidem & olyris eſt albus, in triticis autem ſubflauus: typhæ autem uel triticis ſunt flauiores. Quin & harum corpus coactum eſt ac denſum: quod fortaſſis ad ſeminis paruitatem nonnihil adfert momenti. eſt enim id tritico longe exilius. quanquam non deſint, qui ipſum quoque in tritici numero ponant: uelintq; id ſemẽ eſſe, cuius Homerus meminit, cum Hectorẽ equos ſuos alloquẽtem facit his uerbis: Triticum enim uobis primum prędulce ferebam. Aiunt enim typham paruum triticum eſſe, eamq; equos ſine noxa mandere: uerum autem triticum, non ſine noxa. Nec abſurde certe typham quis triticum exile uocauerit, cum ei & colore & denſitate & caliditate ſit adſimilis.

De auena quæ bromus dicitur. Cap. XXI.

Hoc ſemen in Aſia eſt frequentiſſimum, & potiſſimum in Myſia, quæ eſt ſupra Pergamum, ubi & typhæ & olyræ uberrimus eſt prouẽtus: iumentorum autem eſt alimentum, non hominum, niſi utiq; aliquando extrema fame ad panes ex eo q̃q; ſemine conficiendos compellantur. Citra famem autem, coctum ex aqua mãditur cum uino dulci, aut ſapa, aut mulſo, non aliter q̃ typha. Calidũ autem eſt admodum, non ſecus ac illa: quanquã non æque eſt durum: ex quo minus quoq; corpus nutrit, & panis qui ex eo fit, alioqui eſt inſuauis, non tamen aluum aut ſiſtit aut proritat, ſed, quod ad id ſaltem pertinet, medium locum obtinet.

De milio & panico, quod elymon & milinem uocant. Caput XXII.

His item in pane nonnunquam utuntur, urgente dictarum frugum penuria: panis tamen qui ex eis fit, exigui eſt alimẽti, ac frigidus. Perſpicuumq; eſt, quòd præaridus eſt ac friabilis. nihil enim in ſe habet neq; lentoris, neq; pinguedinis. iure ergo aluum humentem deſiccat. Agricolæ autem horum farinam coquentes, deinde adipem ſuillum aut oleum miſcentes eſitant. porrò milium ad omnia panico eſt præſtantius, ſuauiusq; editur, facile concoquitur, uentrem minus ſiſtit, magis nutrit. Nonnunquam autem ruſtici farinam ipſorum lacti incoctam mandunt, non aliter quàm tritici: unde liquet, quòd id edulium, ipſum per ſe ſumptũ, tanto eſt præſtantius, quanto lac utriuſq; ſeminis naturam ad boni ſucci procreationem, aliaq; omnia excellit. Dico autẽ alia omnia, cõcoctionem, uentris ſubductionem, diſtributionem, & ipſam in edendo dulcedinẽ ac uoluptatem. Nihil enim ſuauitatis ſeminibus ijs ineſt, præſertim panico, quod ſaltem in noſtra Aſia naſcitur. nam apud alias gentes, ut in Italia, multo melius prouenit.

De leguminibus. Cap. XXIII.

Legumina appellant, ea cerealia ſemina, ex quibus panis non fit, ut puta fabas, piſa, cicera, lentes, lupinos, oryzam, eruum, cicerculas, aracos, eruilia, phaſelos, fœnum græcum, lentẽ, & ſiqua ſunt ſimilia. De quorum omnium facultate deinceps tractabimus, ut cum ea nota fuerint, uſus ipſorum minus ſit noxius.

De oryza. Cap. XXIIII.

Semine hoc omnes in ſiſtenda aluo utuntur, ipſum eodem modo, quo alicam, coquentes. difficilius tamen quàm alica conficitur, & minus alit, ceu utique & in edendi ſuauitate ea quàm plurimum inferior eſt.

De lentibus. Cap. XXV.

Nemo ex his panem facit: aridæ enim ſunt, ac friabiles: corticemq; habent adſtringentem: & quæ ipſorum eſt uelut caro, craſſi eſt ſucci ac terrei, auſteram qualitatem habens exiguam, cuius cortex multæ eſt particeps. Succus porrò in ipſis eſt, ut ante retulimus, adſtringẽti cõtrarius. Quocirca

circa, siquis in aqua ipsas coxerit, & deinde aquā sale, aut garo, & cum ipsis oleo condiens sumpserit, potus is aluum deijcit. At ex his decoctis lentibus, ad eum modum quem retulimus, lens apparata, facultatē habet succo cōtrariam, ut quæ uentris fluxus siccet, stomachum, intestina, & totum deniq; uentrem corroboret. Quamobrem cœliacis & dysentericis, cibus est accōmodus. Lens uero decorticata, ut illam adstringendi uehementiā, & ea quæ ipsam consequuntur, amittit: ita magis nutrit, quàm quæ cortice spoliata non est, succum crassum prauumq; gignit, tardeq; cōmeat, non tamen alui fluxus desiccat, uti ea cui cortex non est ademptus. Iure igitur, qui largius hoc edulio utuntur, elephantiasim, quam uocant, & cancros incurrunt. Siquidem crassa siccaq; cibaria succo melancholico generando sunt idonea. Quare ijs duntaxat, quibus aquea in carnibus est καχεξία, lens in cibo utiliter præbet: ceu aridis & squalentibus, admodum damnose. Eandem ob causam uisum integrum & inculpatum hebetat, ipsum immoderate exiccans: ei uero, qui cōtrario modo se habet, confert. Menstruis autem purgationibus non est accōmoda. crassum enim & tardifluum sanguinem reddit: at muliebri nuncupato profluuio est utilissima. Cum autem ptisana in eo saltem contrariam ipsi habeat facultatem, ex amborū mistione præstantissimum edulium componitur, quod homines nostrates phacoptisanam nuncupant, utrunq; haud æquali portione miscentes, sed ptisanæ minus inijcientes, ut quæ in succum uertatur, & in molem magnam attollatur: lens autem cocta, exiguum quendam tumorem asciscat. Hoc tamen edulium eodem quo ptisana modo conditur, præterquam quòd satureia, aut pulegium adijcitur: quò fit ut suauius simul & concoctu facilius reddatur, cum ptisana illis minime gaudeat, sed solo anetho, porroq; sit contenta. Pessime autem coci diuitibus lentem sapa adparant: quandoquidem lens haudquaquam incrassantium mistionem postulat, sed humidorum potius, & quæ ipsius crassitiem incidant. Cui uero sapa commiscetur, iecoris obstructiones solet gignere, uiscerisq; huius ac lienis inflāmationes inauget, nisi melle addito, melior fiat. Perspicuum autem est, quòd & scirrosos uisceris utriusq; affectus exacerbat. Quòd si suillam simul libeat coquere, ptisanæ quidem recentem, lenti autē sale iam diu conditam reperies accommodam: ceu utique quæ inter eas est media, quam νεαλῆ, id est, nuper salsam appellant, phacoptisanæ est accommoda, tum si suauitatem, tum etiam si coctionem spectes. Magis tamē lens cum salsis carnibus esitata, crassos humores augebit. Nam hæ quoq; sanguinem crassiorem & melancholicum magis generant. Quapropter nō est his copiosius utendū, & maxime si cui corpus sit aut melancholicum: aut crasso, aut (ut omnia complectar) prauo succo abundet. Hæc eadem & de regionibus, anni temporibus, & aeris constitutionibus, in quoque edulio intelligere oportet: ac autumno quidē melancholicis cibis ac siccantibus

A abstinere, hyeme uero eis uti. quemadmodum sanè æstate humectantibus & refrigerantibus: uere autem quòd medij sit temperamenti, mediæ facultatis cibos edere. Est porrò mediorū non una species: quædam enim sunt huiusmodi, quòd extremorum omnino sint expertia: quædam autem, ex amborum æque pollentium mistione mediocritatem sunt adepta: quod paulo ante dixi, cum quis ptisanam lente cōmiscuerit. Sic & teutlophacen, quæ ex beta & lente mistis, ita nominatur, Heraclides Tarentinus non sanis modo, uerumetiam ægrotātibus exhibebat. Est enim id edulium medium ex pugnantibus compositum, in quo beta quidem minus subit: lens autem magis subducit. Perspicuum autē est, quòd succus teutlophaces, B qui in corpus distribuitur, ex amborum facultate, lentis uidelicet ac betæ, est mistus.

De fabis. Cap. XXVI.

Fabarū quoq; usus est multiplex, quippe ex ijs conficitur & liquida in ollis puls (Græci ἔτνος uocant) & spissa in patinis. Tertius præterea ipsam præparandi est modus, qui fit cum ptisana. Plurimo sanè hoc edulio gladiatores quotidie apud nos utuntur, corporis habitū carne non densa nec constricta quemadmodum caro suilla, implente, sed quodammodo fungosiore. Flatulentus est is cibus, etiam si coctus diutissime fuerit, ac quouis modo paratus, cum tamen ptisana tempore quo coquitur, flatum omnem deponat. Qui autem animum attēdunt, eosq; affectus, qui cibos singulos C manent, animo adsequuntur, sentiunt in toto corpore uelut à spiritu flatulento tensionē quandam, potissimum si quis huic cibo non est assuetus, aut ipsum non belle percoctum sumpserit. Habent autem fabæ substantiam, non densam nec grauem, sed fungosam ac leuē: quæ uim quandā, quomodo ptisana, habet detergendi. Apparet enim perspicue ipsarū farina, sordes à cute detergere: quod mangones ac mulieres intelligētes, in balneis quotidie fabarū farina utuntur, quemadmodū alij nitro, atq; aphronitro, & in summa detergentibus. Hac præterea & faciem inungunt, quemadmodū ptisana. tollit enim lentes, quæ in summa cute apparent, & maculam solarem quam uocant ἔφηλιν. Ob quam sanè facultatē uentrem non cunctanter D permeat, ut quæ crassi sunt succi ac lenti, quæq; nullā detergēdi habēt facultatē, cuiusmodi esse diximus alicam, tragū, similaginē, & amylum. Cum autem fabarū plus sit flatulenta, multo adhuc magis erunt flatulentæ, siquis integris ipsis coctis utatur. Si tamen frixæ fuerint (quidā enim hoc modo tragematum uice utuntur) flatum quidem deponūt, sed cōcoctu sunt difficillimæ, tardeq; transeunt, & crassi succi alimentum corpori exhibent. Quòd si uirides, prius quàm maturæ sint, atq; exiccatæ, edantur: idem eis accidet, quod fructibus omnibus, quos ante perfectam maturitatem mandimus: humidius scilicet alimentum corpori præbebunt, ob idq; excrementosius, non in intestinis modo, sed in toto etiam habitu. Merito igitur fabæ eiusmodi minus quidē nutriūt, sed promptius deijcium-

deijciuntur. Pleriq; autem hominum non crudas modo fabas uirides comedunt; uerum etiam cum suilla eas coquunt, ueluti olera: ruri uero, cum caprina & ouilla. Alij fabas inflare sentientes, cepas admiscent, cum pultē in patinis ex ipsis struunt. Sunt qui cepas crudas nec simul elixas cum ipsa mandant. Quicquid enim omnibus cibarijs inest flatulentũ, id per calfaciētia & tenuantia corrigit̃.

De faba ægyptia. Cap. XXVII.

Faba Aegyptia, sicuti nostrã magnitudine longe superat, ita & naturam habet humidiorem, magisq; excrementitiã. Quòd si memoria tenes, quæ de eiusdem generis quidem leguminibus uerum tēperamēto humidioribus, & ob id magis q̃ prædicta, in cōcoctione, excretione, distributione, & nutritione excrementosis, non est q̃ plura nũc de hac faba audire desideres. cum possis ex ijs, quæ de ea quæ apud nos est, didicisti, ad illam transire.

De pisis. Cap. XXVIII.

Pisa tota substantia cum fabis quandam habent similitudinem, eodemq; cum fabis modo sumuntur. His duabus tamē rebus ab eis discrepant, tum quòd non æque ac fabę sunt flatulenta, tum etiam quòd detergendi facultatem non habent: ideoq; segnius quàm illæ per aluum secedunt.

De ciceribus. Cap. XXIX.

Non admodum consuetum est urbanis hominibus ex ciceribus pultem conficere: à rusticis uero nonnunq̃ uidi parari: quemadmodũ & ipsorũ farinam cum lacte elixari. Non enim ut fabę & pisa, possunt cōminui, ut ex ipso fracto pulmētũ, quod ἔρεγμος dicitur, fiat. Apud multas aũt gentes mos est cicera in aqua elixa mandere: nõnulli uero nuda ipsa sola, alij sale modico condientes esitant: nostrates uero ex siccis caseis quiddam farinæ simile facientes, id ipsis aspergunt. Est autem cicer edulium non minus quàm faba flatulentũ, sed ualentius nutrit quàm illa. Ad uenerem autem incitat: creditumq; etiā est semen generare: unde quidam equis admissarijs ipsum exhibent. Inest præterea ciceribus facultas abstergendi maior, quàm fabis: adeo ut quidam ex ipsis, calculos in renibus constantes, manifeste cōminuant. nigra autem sunt ea atq; exigua, in Bithynia maxime prouenientia, arietinaq; ipsa nuncupant. Satius autem est succum ipsorũ in aqua coctũ bibere. Vtuntur autē homines & ciceribus adhuc uirentibus anteq̃ sint matura, quomodo & fabis. Nuper autē, cum de fabis ageremus, sermonem fecimus, omnibus immaturis fructibus cōmunē. Eadē porrò & de frixis ciceribus audiuisse existima, quæ de fabis frixis diximus. Quandoquidē frixa omnia, flatũ quidē deponunt: uerũ difficilius coquunt̃, & uentrē magis sistunt, crassiorisq; succi alimentũ corpori exhibēt.

De lupinis. Cap. XXX.

Hoc quoq; semen πολύχρηστον, id est, frequentis usus esse nouimus, secundum alteram eius uocabuli πολυχρήστου significationem: quandoquidem rem aliquam ita appellant, tum quæ multis corporis affectibus cōuenit, tum quæ omnibus, aut plurimis hominibus est in usu: etiam si utendi ipsa o-

A mnibus unica sit necessitas. Secũdum igitur hanc secundam significationem, lupinus legumen est multi usus. Elixus enim, deinde in aqua dulci maceratus tantisper, donec in ea omnem sibi ingenitam exuerit insuauitatē, ita demum mãditur cum garo, ac oxygaro, uel etiam sine his, sale mediocri conditus, non quo modo hordeum, & alia quę uarie apparãtur. Lupini dura ac terrestris est substantia, quocirca ipse concoctu sit difficilis, succumq; crassum gignat est necesse: ex quo nõ probe in uenis confecto, crudus proprie appellatus succus aceruatur. Cæterum cum inter parãdum quicquid habuit amaritudinis, deponat, τοῖς ἀξίοις, id est, qualitatis, quæ sensu deprehendatur, expertibus similis euadit. Par igit̃ est, ipsum neq; ad deiectio-
B nem, neq;, ut adstringentia, ad fluentis uentris cohibitionem esse accōmodum, sed tarde descendere, & difficulter deijci, ac pertransire. Quandoquidem medici cibos eius generis sic appellant, qui nullam eminentem habent qualitatē, quæ aluum ad excernendum incitet, aut ipsam excernere prohibeat. Illi igitur non tanq̃ alimenta, sed tanquam medicamenta ipsis sunt. Qui uero nullam eiusmodi qualitatem habent manifestam, à medicis quidem iure ἄποια appellãtur: secundum autem differētiam, quæ in humiditate ac lentore spectatur, accidit ipsis, ut tarde aut celeriter transeant, aut medio modo inter hæc duo se habeant: humidis quidem ac lubricis, ut celeriter: duris aũt & siccis, ueluti lupino, ut tarde. Qui uero in memoratis
C differētijs medium inter hæc locum obtinent, nec celeritatem insignem, nec tarditatem in deijciendo efficiunt. Hęc ergo quemadmodum de omnibus cōmuniter, ita & hæc nosse oportet, quòd omnia scilicet, quæ cōsistentia sunt humidiora, exiguum corpori dant alimentum, quod celeriter inhalitus exhauritur ac digeritur: ut rursus alio non multo post sit opus. Contra dura & terrestria, perdurabile, copiosum, & quod ægre digeratur, corpori dant alimentũ. Quòd si glutinis quoq; nonnihil habeant, multo hæc omnia euidentius efficient. Constat item hæc nòn facile concoqui, ceu utiq; non facile in sanguinem uerti, nec solidis animalis partibus assimilari: quod si ita est, nec celeriter nutrient, cum tamē uicta fuerint, alimentum
D corpori dant copiosum.

De fœno græco. Cap. XXXI.

Semen hoc non τῆλις modo, sed & βούκερας, id est, bouis cornu, à nõnullis autem αἰγίκερας, id est, capræ cornu appellatur. Inter manifesto calfacientia censetur, eundemq; hominibus in cibo usum prętat, quem lupini. Pręsumitur enim ipsum cum garo, alui subducendæ gratia: estq; huic rei multo quàm lupini accōmodatius, cum nihil ex propria substantia habeat, quod transitũ remoretur. Manditur autē & cum aceto & garo, sicut lupini. Multi præterea & fœnum græcũ & lupinos, ex uino, garo, & oleo sumunt: alij etiam panē addunt, eoq; obsonio sunt contenti, quod ut uentrē minus subducat, caput certe (ceu nõnullis fœnum græcũ ex garo facere solet) non ferit. Præterea stomachum

non subuertit: nam id quoque fœnum græcum in quibusdam efficit. Ad eundem autem modum quidā phaselis & eruilijs in cibo utunť, de quibus mox cōmunē omniū eiusmodi sermonē adscribā. Vescuntur aūt nonnulli fœno græco prius quàm planta ipsius, semen produxerit, aceto & garo intingentes: quidam autē oleū adfundentes, eo obsonij uice cum pane utuntur: sunt qui cum aceto quoq; & garo ipsum mandunt. Caput autem, hoc quoq; sumptū copiosius, ferit: quod faciet impensius, si quis ipsum sine pane sumpserit: quibusdam item stomachum subuertit. Succus autē elixi fœni græci cū melle sumptus, ad omnes prauos humores, qui in intestinis habētur, subducendos est accōmodus: suo quidem lentore leniens, calore autem dolorem mitigans. Quòd autem abstersoriæ facultatis quoq; sit particeps, intestina etiā ad excretionē instigat: sed parcius mel ei est admiscendum, ne mordacitas exuperet. In diuturnis uero thoracis citra febrē affectibus, pingues cū eo palmulas elixare quidem oportet: ubi autem succum ipsum expressum, copioso melli miscueris, ac rursum super carbones ad mediocrem crassitiem coxeris, tum demum longe ante cibum uti.

De phaselis & eruilia, quam ὦχρον appellant. Cap. XXXII.

Hæc quoq; semina homines, quo modo & fœnum græcum, prius in aqua, quoad radicem produxerint, macerantes, uentris subducendi gratia mandunt ante alios cibos, garo intingentes. Succum autem, cum concoctus est, atq; in corpus distributus, habent copiosioris alimenti, quàm fœnum græcum. Atq; in Alexandria iuuenem quendam noui arti medicæ deditū, qui per annos quatuor singulis diebus solis his pro obsonio utebať, phaselos dico, fœnum græcum, eruiliam, & lupinos. Attigit autē interdum & oliuas ex Memphide, & olera, et paucos fructus, eos, qui citra coctionem manduntur. Propositum enim ei erat, ignem nunq; accendere. Omnibus certe illis annis sanus fuit, nec ulla in re habitu corporis fuit deteriore, quàm ab initio. Mandebat aūt huiuscemodi cum garo scilicet, oleum aliquando solum ei adijciens, nonnunquam etiam uinum, aliàs acetū, interdum uero salem tantum, sicut & lupinos. At de salubris quidem uictus ratione in libris de tuenda sanitate copiose tractauimus: tractabimus autem rursus etiam summatim in hoc opere. Nūc autem ijs quæ de eruilijs ac phaselis dicta sunt, id quoq; addatur: hæc edulia medium quodammodo locū obtinere inter ea, quæ succum bonum & prauum generant, inter concoctu facilia & difficilia, tarde & celeriter transeuntia, flatulenta & flatus expertia, parum & multum nutrientia. Nullam enim effectricem habent qualitatem instar quorundam, quæ acres, aut acerbos aut salsos, aut amaros, aut dulces habent sapores.

De cicercula. Cap. XXXIII.

Cicercula substātia quidem eruilijs & phaselis est adsimilis. Vtuntur autem his plurimum in nostra Asia rustici, & potissimum in Mysia & Phrygia, non modo quemadmodum in Alexandria &

A alijs plerisq; urbibus eruilijs & phaselis, sed etiam ut phacoptissanam parantes. Succum autem habent phaselis & eruilijs, facultatibus quidem consimilem, sed cōsistentia crassiorē. ob eamq; ipsam causam plus aliquanto, quàm illa nutriunt.

De aracis. Cap. XXXIIII.

Postremam nominis aracorum syllabam scriptam per c in Aristophanis Holcadib. inuenimus, ubi inquit, Aracos, triticū, ptissanam, alicam, zeiā, lolium, similaginem. Semen hoc cicerculæ semini est adsimile, fueruntq; nonnulli qui putarunt ipsum non esse generis à cicercula diuersi, quandoquidem & usus ipsius omnis & facultas cicerculæ facultati est adsimilis, nisi quòd araci sunt duriores, minusq; facile elixantur. quæ causa etiam est,
B cur cicerculis concoctu sint difficiliores. Apud nos autem syluestre quoddam rotundum ac durum, eruoq; exilius, in fructibus cerealibus repertum, arachum nominant, non per c, sed per ch ultimam syllabam proferentes, et proijciunt ipsum, uti & semen securidacæ, seligentes.

De dolichis. Cap. XXXV.

Dolichorum nomē à Diocle quidem scriptum est, unà cum aliorū quoq; seminum nos alentium nominibus. Scriptum autē etiā est in libro Hippocratis de ratione uictus, cuius etiam libri antea abunde memini. Existimo autem ipsos sic appellare semen plantæ hortensis, quam nunc uulgò numero multitudinis bifariam nominant: quidam enim λοβοὺς, id est, siliquas, alij φασιόλους nuncupāt,
C uocem ipsam quatuor syllabis proferentes, eoq; modo nomē diuersum ab eo quod tribus syllabis pronunciatur φασήλους scilicet, efficientes. Sunt qui phaselū eundem cum cicercula esse dicant: alij ipsius speciem. Quòd tamē ad dolichos attinet, conjectare quis possit, eos nominari plantas has hortenses, uel ex ijs, quæ Theophrastus in octauo de plantarū historia scripsit ad hunc modum: Et alijs quidē caulis est erectus, ut tritico, hordeo, & omnino frumentaceis atq; æstiuis: alijs autē tendens in latus potius, ut ciceri, eruo, lenti: alijs humi procidens, ut eruiliæ, piso, cicerculæ. Dolichus uero, si ligna longa adfixeris, ascendet & frugifer fiet, alioqui uitiosus atq; rubiginosus reddetur. Ex eo autem quòd ligna longa iubet adfigi, affirmatq;
D nisi id fiat, rubiginosos ipsos reddi, posset quis cōiectare ipsum uerba facere de ijs quos nunc phaseolos, seu siliquas appellant. Ipse autem siliquas id appellat, quod semen eorum leguminū, cuiusmodi est lens, eruum, pisum, faba, ac lupinus, continet. Quemadmodum enim frumētacea semina, spicis: ita memorata iam, siliquis continentur: atq; ipsos sane etiam dolichos, siliquæ continent: ob eamq; opinor causam, fructū totum uulgo, nunc siliquas nominant: quo modo totos frumētaceos fructus, spicas. Non me fugit autē alia quoq; multa esse, quibus homines multum utuntur, quæ generis totius nomen sibi adsumpserint, ut calamus quo scribimus, & atramentum. In libro autem de ratione uictus, Hippocrates scriptum sic reliquit, Pisa minus quidem inflant, sed magis per aluum

secedunt: eruiliæ autem & dolichi ijs quidem sece- A
dunt celerius: uerum minus sunt flatulenti, & nu-
triunt affluentius. Cũ enim Hippocrates his uer-
bis pisa fabis comparet, quarum prius ut cibi flatu
lenti meminerat: deinde eruilias & dolichos ascri
bat: in eo significat, dolichon eiusdem esse generis
cum prædictis seminibus, & potissimũ cum erui-
lijs. Verũ cum nullam prorsus cicerculæ, aut pha-
seli mentionẽ fecerit, suspicari quodãmodo possu
mus, illorum seminum quoddam licere appellare
dolichon. Quòd siquis phaselos quoq; in cicercu
larum genere reponat: negare saltem non poterit,
quin cicerculæ in prædicta oratione dolichi ap-
pellari queant. Nam & Diocles in leguminum ca
talogo, ut fabas primas recensuit, mox pisa, dein-
ceps ad uerbum sic scribit, Dolichi uero non mi- B
nus quàm pisa nutriunt: præterea flatu similiter ca
rent: quod uero ad suauitatẽ pertinet, ac deiectio-
nem, uincuntur. Verum is quoq; deinceps eruiliæ
quidem, & lentis, & ciceris, & orobi mentionem
faciens, cicerculæ autem nomen prætermittens,
eandem præbet dubitationem. Dicere tamẽ quis
possit, omnia hæc eruilias, cicerculas, phaselos, u-
num esse genus, uerum pluribus nominibus ap-
pellari, ut κίονα ϗ σύλον: nam utrũq; nomen colum
nam significat: fortasse autem propter quasdã dif-
ferẽtias, quæ in ipsis apparent. Verumtamẽ quod
dolichi non minus pisis nutriant, tum quòd æque
ac pisa flatu careant, indicio esse debet, Dioclẽ do
lichos appellasse, quos nunc phaseolos nominãt.
Siquidem cicercula non minus quàm pisa flatu C
caret, quemadmodũ nec eruilia, nec phaselus: siue
hæc, ut dixi, unum genus: siue unius generis sint
differentiæ. Philotimus autem et Praxagoras nul-
lius ciborum huiusmodi meminerũt, nisi fabarum
duntaxat, & pisorũ: quamobrẽ nihil ex illis, quid-
nam dolichorum nomine significetur, possumus
colligere. Itaq; uocet quisque, quo libeat nomine,
quos nunc uulgo phaseolos & siliquas appellant,
dum sciat ea talem obtinere facultatem cuiusmo-
di Diocles dolichis attribuit. Ad cuius sentẽtiam
Hippocrates in libro de ratione uictus propè ac-
cedit, cum inquit eruilias & dolichos facilius deij
ci quàm pisa, ac minus inflare: preterea alere ipsos
testatur. nam ita res habet, nisi quòd integros & e-
tiamnum uirides unà cum suis siliquis ex oleo & D
garo, ut plurimũ homines mandunt, nonnulli au-
tem uinum etiã adijciunt. Sed eos, ut pisa non re-
ponũt, propter humiditatẽ copiosiorẽ: cuius occa
sione solent corrumpi. Quòd si quis eos quoq; se-
cure uelit reponere, sicuti pater meus factitabat,
siccare ipsos penitus, oportet. Sic enim hyeme to-
ta manent imputres & incorrupti, eundem nobis
usum, quem pisa præstantes. Quidam meorum a-
micorum Romæ agens, mihi narrauit in Caria in
patria sua quam Ceramum appellabat, in agris do
lichos non aliter q̃ alia legumina seri, figuramq;
eos habere cicerculis longiorem.

De orobo, id est eruo. Cap. XXXVI.

Boues tum apud nos, tum apud alias plerasque
gentes, eruum prius in aqua dulcoratum pascun-
tur: homines uero ab hoc semine prorsus abstinent.
Est enim insuauissimum, & praui succi. In magna
tamen fame, quemadmodũ & Hippocrates quo-
que scripsit, necessitate coacti, ad ipsum nonnun-
quam accedunt. Nos uero ad eundem modũ quo
lupinos preparãtes, orobis cum melle utimur ceu
medicamẽtis crassos thoracis ac pulmonis humo
res expurgãtibus. Porrò inter orobos, albi minus
sunt medicamentosi ijs, qui ad flauitiem aut pallo
rem recedũt. Qui uero cocti bis fuerint & in aqua
identidem dulcorati, insuauitatem quidem depo-
nunt, sed unà etiam cum ea abstergẽdi & inciden-
di facultatẽ, ut sola in eo relinquatur terrestris sub
stantia. quæ substantia alimentum fit, quod citra
insignem amarorem desiccandi uim habet.

De sesamo & erysimo. Cap. XXXVII.

Sesami semen pingue est, ideoq; repositum ce-
lerrime fit oleosum: quamobrem eos, qui ipso ue-
scuntur, celeriter implet: stomachumq; subuertit,
ac tarde concoquitur, pingueq; corpori præbet a-
limentum. Liquet ergo quòd uentriculi partibus
uigorẽ ac robur addere nequit, quemadmodum
neq; aliud quoduis pingue. Est autem crassi succi,
ideoq; non propere peruadit. Ipso autem solo non
admodum uescũtur, sed cum melle cocto placen-
tas, quas uulgo σησαμίδας uocant, effingentes. Pa-
nibus etiam inspergitur. porrò quemadmodũ mi-
lio panicum (quod etiam μελίνην diximus appel-
lari) adsimile quidem quodammodo est, uerũ un-
dequaq; deterius: ad eundem modum & sesamo
erysimũ corporis substantia quodam pacto est af-
fine, sed in cibo est insuauius, corporiq; alimẽtum
parcius exhibet, prædictoq; omnino est deterius.
Cæterum utrunq; temperamento est calidum, ob
eamq; causam sitim etiam excitant.

De papaueris semine. Cap. XXXVIII.

Satiui papaueris semẽ panibus utiliter ceu con
dimentum inspergitur, non secus ac sesamum: ue-
rum album nigro præstat. Refrigerandi autem ha
bet facultatem, ideoq; somniferũ etiam est. Quòd
si sumptum liberalius fuerit, non somnum modo,
sed soporem etiam (quem Græci cataphoran no-
minant) inducet, ægreq; cõcoquetur. Inhibet præ
terea, quæ ex thorace ac pulmone tussi expuunt̃.
Confert uero ijs, qui catarrhis fluxu tenui à capite
defluentibus infestantur. Corpori autem nullum
commemorabile præstat alimentum.

De lini semine, quod etiam composito nomine linospermon dicitur. Cap. XXXIX.

Nonnulli frixo quidem ipso ut obsonio cum ga
ro, non secus ac factitio sale utunt̃: utuntur autem
& melli permiscentes: quidam panibus quoq; ip-
sum aspergunt. Stomacho autẽ noxium est, & co-
ctu difficile, exiguumq; alimentum corpori exhi-
bet. Quod uero ad uentris deiectionẽ pertinet, ip
sum nec probaueris, nec uituperaueris: exiguam
tamen mouendæ urinæ habet facultatem, quę ma
gis apparet, cum frixum sumitur. Tunc autem al-
uum quoq; magis sistit. Rustici aũt homines eo u-
tunt̃ sæpenumero, frixo tusoq; mel admiscentes.

De

De ormino. Cap. XL.

Hoc quoqꝫ frixo utuntur, deinde eatenus læuigant, ut farina euadat, mel quoqꝫ ei admiſcent. Parum in ſeipſo habet alimenti, ut quod mediæ inter eryſimum & cuminum ſit naturæ.

De cannabis ſemine. Cap. XLI.

Non quemadmodũ planta ipſa cannabis, uitici quodammodo eſt ſimilis, ita ſemen ſemini facultate eſt ſimile, ſed plurimũ ab eo diſſidet, ut quod cõcoctu eſt difficile, ſtomachoqꝫ ac capiti noceat, praui ſit ſucci. Sunt tamẽ, qui eo quoqꝫ frixo cum alijs tragematibus ueſcantur. Tragemata autem uoco ea, quæ poſt cœnam, uoluptatis ad bibendum excitãdæ gratia manduntur. Multum autem calefacit, ideoqꝫ ſumptum paulo largius, caput ferit, uaporem ſurſum ad ipſum mittens calidum ſimul ac medicamentoſum.

De uiticis ſemine. Cap. XLII.

Id ſemen etiam ipſum per ſe frixum manditur, crediturqꝫ appetitus uenereos inhibere: alimentum autem corpori præbet exiguum, idqꝫ ſiccans ac refrigerãs: flatus autem ualde diſſipat, quorum omnium occaſione, ijs, qui à uenere puros ſe ſeruare uolunt, eſt accõmodum: unde & nomen caſti aiunt ipſi fuiſſe impoſitũ. Cæterum caput non ferit, quo modo cannabis.

De aphace & uicia. Cap. XLIII.

Horum ſeminum figura non eſt rotunda,ueluti fabarum, ſed aliquanto latior, quo modo lentiũ. Hæc quoqꝫ cum ipſis ſiliquis atqꝫ integra planta ruſtici reponunt, ut brutis pecudibus ſint pabulo. Per famem tamen, quoſdam noui, qui hæc quoqꝫ comederint, potiſſimum uere, cum etiamnum uirent, quemadmodum fabas, & cicera eſitare conſueuerunt. Sunt autẽ non inſuauia modo, ſed con coctu etiam difficilia, aluumqꝫ inhibent. Perſpicuum ergo eſt, quòd cum natura ſint eiuſmodi, alimentũ, quod ex ipſis diſtribuitur, habent haudquaqꝫ boni ſucci, ſed craſſum, atqꝫ ad ſuccũ melancholicum gignendum, idoneũ: ceu prius de lente diximus. Verum illi quidẽ multa bona inſunt, his autẽ nihil bonorũ illius adeſt. Cæterum uiciæ nomen apud nos quidem eſt tritũ, eoqꝫ ſolo nominatur: Attici uero σύρακον aut fabam appellant.

A De ſeminibus alienigenis, quæ in quoque genere permiſta reperiuntur. Cap. XLIIII.

In tritico quidem frequens lolium ſæpe inuenitur: in hordeis uero reperitur, ſed paucum: quam autem ægilopem appellant, ea in hordeis frequẽs inuenitur, cum prima generatio uel incremẽtum ipſis non rectè ſucceſſerit. Porrò pater meus ætate iam declinante cum agricultura delectaret̃, triticum, ac hordeũ aliquando ſeminauit, omnibus diuerſi generis ſeminibus, quæ ipſis erãt admiſta, diligẽter ſelectis, quo certo cognoſceret, num ex ipſorum mutatione lolium & ægylops naſcerentur, an propriam hæc quoqꝫ ſemina naturam haberent. Cum autẽ fortè unà cum puris ſeminibus in tritico quidem frequens lolium, in hordeo autem
B parum, ſed magnam ægilopis uim enatam conſpiceret: in alijs quoqꝫ ſeminibus itidem experiri eſt aggreſſus. Reperit igitur in lente quoqꝫ ex mutatione ipſius durũ rotundumqꝫ aracũ, & ſecurinũ, ſemina non ueſca enata: præterea aparinen, quæ non modo non eſculẽta eſt, ſed plantæ lentis dum aſſurgit, undiqꝫ implexa ipſam ſtrangulat, ac ſuffocat, & detrahit, nõ aliter quàm eruangina eruum. pernicioſiſſima igitur ſunt hæc ſemina. Melampyron autem nuncupatum, ex tricici quoqꝫ mutatione generatur, ſed prauitate quamplurimũ à lolio ſuperatur. Deprehendit autẽ alia quoqꝫ ſemina ſimiliter immutari. Proinde ijs, qui ſeminibus ijs ſalubriter uti uellent, præcepit, omne quod prauum eſſet, ſeligerent, neqꝫ id pro nihilo ducerent, ut pi-
C ſtores, qui populo publice inſeruiũt. Etenim cum anni conſtitutio praua aliquando fuiſſet, lolium affatim tritico innaſci contigit: quod cum neqꝫ agricolæ accõmodatis ad eam rem cribris, exactè purgaſſent, neqꝫ piſtores, quod paucus eſſet tritici prouentus, ſtatim quidẽ multis caput dolere cœpit: ineunte uero æſtate, in cute multorum, qui comederant, ulcera, aut aliud quoddam ſymptoma, quod ſuccorum prauitatem indicaret, eſt ſubnatum. Non igitur oportet nos, in purgandis ſeminibus, quæ ad eſum comparantur, eſſe negligentes: perſuaſos, etiamſi noxam, quæ quotidie fit, ob exiguitatem ſenſu non percipimus, quod tamen longo tempore ex ipſa aceruatur, tandem erupturũ.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI II. GALENI De facultatibus alimentorum.

Caput 1. Argumenta librorum huius operis. Quòd in primo libro Cerealia, id eſt, frumẽta & legumina tractauerit, quæ omnia nihil quàm ſemina ſunt. De alimentis ex reliquis plantis, in hoc libro aget: & primum de fructibus: deinde libro 3. de nutrimẽto ex animalibus, eorumqꝫ partibus, & quæ ab ipſis gignuntur. Fructus uocabulo comprehenditur ſemen pariter, & quod circa ipſum eſt, ut pulpa, uel ſiliqua, &c. Cerealium & leguminum aliorum ſemina tantum comedi: de dolichis uero ſolis etiam ſiliquas dum recentes adhuc ſunt, proinde per excellentiam ſoli ipſi lobi, id eſt, ſiliquæ uocant̃, à quibuſdam phaſeli dicti. Fructus alij ſunt arborũ, alij holerum. Nam & cucurbitaceũ genus holerum uocabulo aliqui cõplectuntur: Et ab his initium facit. 2. De fugacibus fructibus quos Græci horæos uocant, in genere: & primum de hora anni parte, in cuius medio canicula exoritur. 3. De cucurbita. 4. De peponi-
D bus. 5. De melopeponibus. 6. De cucumeribus. 7. De arborum fructibus in genere. 8. De ficubus & caricis. 9. De uuis & muſto. 10. De uuis paſsis. 11. De ſycaminis quæ & mora uocantur. Contra illos qui nominibus Atticis plus quàm uel animæ uel corporis ſanitati ſtudent. Quæ hactenus dicta ſunt, nomina ueterum retinuerunt: Quæ uero ſequuntur, illorum multa quomodo olim apud Athenienſes dicta ſint plæriqꝫ ignorant. Canon de ordine in cibis ſeruando, quo ad ea quæ aluum mouent: Et mora etiam in prima menſa ſumi debere. 12. De ceraſiis. 13. De rubi fructu. 14. De fructu canis ſentis. 15. De baccis iuniperi. 16. De cedri fructu. 17. De pinea nuce. 18. De myrti fructu: Et in genere de medicamentoſis alimentis, ꝙ ea præparata corpus alere queant. 19. De perſicis. Canon de ordine ciborum: qui cacochymi ſimul & humidi lubriciqꝫ ſunt, quòd in prima mẽſa ſumi debeant.

20. De armeniacis & præcocibus malis. Suauia stomacho gratiora esse: insuauia eundē subuertere, uel aluum mouere. 21. De malis, secundum differentias saporum. Mala insipida & aquosa, prorsus reijcienda, cum neq; iucunda neq; utilia sint stomacho & uentriculo, ut sunt platanistina dicta. optima etiā cauenda, priusq; exacte maturuerint. Quæ sint optima in morbis quibusdā, & quomodo apparata in fine cibi danda sint. 22. Qui fiat ut quibusdam aluus ab astringētium malorum aut pirorū esu soluatur. 23. De cotoneis & strutheis malis. 24. De piris & punicis. Locus ex Epidem. lib. 2. de muliere quæ cardialgia, id est, prauis humoribus circa os uentriculi laborabat, punicorum in polenta succo adiuta. 25. De mespilis & sorbis. 26. De palmæ fructu. 27. De oliuis. 28. De nucibus. 29. De amygdalis. 30. De pistacijs quæ hepati prosunt, quoniam subamara & subadstringentia sunt, modiceq; odorata: id quod multis etiā alijs cōmune est, ut has ob causas hepatica sint. 31. De prunis. 32 De fructu quē serica uocant. 33. De siliquis. 34. De cappare. 35. De sycomoro. 36. De persea. 37. De citrio. 38. De agrestium plantarū fructibus, in quibus & quernæ glandes numerantur. 39. De alimonia ipsarum plantarum. 40. De lactuca domestica: & syluestribus duabus, quarū altera chondrilla uocatur, cum earum descriptione. 41. De intybo. 42. De malua. 43. De beta. 44. De brassica. 45. De atriplice & blito. 46. De portulaca. 47. De lapatho. 48. De oxylapatho. 49. De solano. 50. De aculeatis plantis, ut sunt carduus, atractylis, leucacantha, dipsacus, cnicus, tragacantha, atragis, cinara. 51. De cinara. 52. De apio, equapio, sio, & smyrnio, quod Romani olusatrum A uocant. 53. De eruca. 54. De urtica. 55. De gingidio, quod in Syria similiter editur, ut scandix (inquit Galenus) apud nos. 56. De ocimo. 57. De fœniculo. 58. De asparagis, siue teneris cauliculis & cymis olerum, ut brassicæ, lactucæ, atriplicis, betæ, maluæ, bliti: quæ omnia coliculos sicciores habent, & brassica maxime. humidiores uero habent raphanus, rapū, nasturtium, pyrethrum, &c. 59. De asparagis ex plantis fruticosis, ut rusco, bryonia, chamædaphne, oxyacātha: et per excellentiam dictis asparagis, quorū alter regius, alter palustris cognominatur, Latinis corruda. 60. De germinibus siue turionibus arborum et fruticum: qui omnes (insuauibus et medicamentosis exceptis) in aqua decocti comedi possent: sed propter meliorum copiam nemo eis uescitur. Et quinam cæteris præstent. 61. De differentia, quæ in plantarum quæ edendo sunt, partibus conspicitur. 62. De rapis, et q bis B cocta salubriora sint. 63. De aro. 64. De dracunculo. Amara et acria omnia perexiguum corpori alimentum conferunt, copiosum uero ac largum qualitatis expertia: ijsq; magis dulcia, tum uero etiam magis, quæ solidæ constipatæq; substātiæ sunt, non humida neque laxa: Videndum est aūt num quæ huiusmodi sunt, coctione ualentem qualitatē suam deponant. 65. De asphodelo. 66. De bulbis. 67. De pastinaca, dauco et caro. 68. De tuberibus. Documentum cōmune de cibarijs nulla qualitate insignibus. 69. De fungis: et q aliqui periculum uitæ inferant historia, optimi boleti, deinde amanitæ, reliquis abstinendū. 70. De raphano, et cōtra illos qui in secunda mensa eis uescuntur. 71. De cepis, allio, porro, et ampeloprasо. Et de usu acrium doctrina generalis.

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER SECVNDVS.



VM à plantis et animalibus sumamus alimēta, qui aūt ante me fuerunt omnes, in ijs quæ de alimentis scripserunt, à cerealibus nuncupatis seminibus initium sumpserint, propterea quòd panum esus inter ipsa est utilissimus: ob eā causam, ego quoq; de tritico, hordeo, typha, olyra, ad hæc de ijs quæ legumina ac chedropa appellant primo libro tractaui. Deinceps autem hoc libro ad alia alimenta quæ à plantis: post autem ad ea, quæ inter illa, quę ab animalibus sumuntur, hominibus sunt utiliora, est transeundum. Nam id æquum mihi esse uidetur: fueruntq; nonnulli, qui haudquaq; omnibus congeneribus prius explicatis, neq; alimentis omnibus, quæ à plantis sumuntur, post cerealia semina, subditis, de illis prius semper tractarunt, quæ maiorem hominibus adferūt utilitatem. Suilla certe, & hædina, & caprina, & uitulina, & bubula, & ouilla, et his nihilominus, quę uenatores in montibus aucupantur, magnū usum præstare hominibus cernuntur, quemadmodum certe & uolucria pleraq; & aquatilia. Verum cum reputassem genera omnia uno libro comprehendi non posse, nihil magnopere interesse sum arbitratus, ex ijs alimentis, quæ prędictis supersunt: in secundo quidem uolumine, quæ à plantis: in tertio autem, quæ ab animalibus sumūtur, persequi. Licebit enim cuiuis qui opusculū (in quo alimen C torū facultates, quibus maxime uti uelit, sunt traditæ) ad manus habebit, nunc primū, nunc secundum, tertiumúe librum euoluere. Vt igitur sermo omnis de plātis primis duobus libris absoluatur, ad ea quæ dictis ante supersunt, aggrediens, hinc auspicabor. Omnia edulia, quæ primo libro fuerunt memorata, plantarum erant semina: nunc uero à fructibus exordiēs, in primis à seminibus eos distinguam, eo magis, quòd plerique crediderunt nihil interesse, siue semē dicas, siue fructum. Quæ igitur semina modo retulimus, exiguū quiddam à fructibus discrepant: ab ijs uero, quæ nunc memorabimus, non mediocriter dissident. Etenim fici fructus, sunt ipsę ficus: quod uero in ipso est κεγχαμὶς Græcis dictū, semen est fici: sicut & acinus, D totius [illegible] fructus: solum autem γίγαρτον, id est uinaceus, uitis est semen. Pari modo & piri & mali fructus est, pirum ac malum: semen autē, tria aut quatuor grana, quæ in ipsis medijs habentur. Quid iam loquar de cucurbitis, & cucumeribus, & ijs ipsis maturis, aut immaturis: aut quid reliqua huiuscemodi omnia cōmemorem: quamplurimum enim totus fructus à semine discrepat. Cæterum in fabis, lupinis, dolichis, lente, & alijs id genus seminibus, quæ siliquis obuoluuntur, quod quidem ex siliqua semineq; est compositū, est fructus: plurima tamen substantiæ pars in seminibus inest. Porrò aliorum propemodum omnium, quę primo libro memorauimus, semen solum manditur: folius autem dolichi, dum adhuc uirescit, fructus

ctus integer estur: ubi enim exaruerũt siliquę, quę semina ipsa continent, hominibus sunt inutiles: fabarũ autẽ uiridiũ siliqua non est esculenta, quemadmodum neq; ciceris, neq; aliorum quæ Theophrastus uocare solet elloba, id est siliquata. iure igitur dixi uulgo lobos, id est, siliquas nominari, quos nonnulli phaseolos nuncupant: ꝙ sola ipsorum siliqua sit uesca. Verum de ipsorũ quidem facultate prius diximus: ueluti etiã ꝙ ueterũ nõnullos existimo phaseolorũ nomine dolichos cõprehendisse. Cæterũ plantarũ fructus ab arboribus sumuntur, et oleribus hortensibus, inter quos quidã medicorũ pepones, melopepones, & cucurbitas recensent: à quibus hoc libro docere incipiam.

De fructibus fugacibus, quos Græci ὡραίους nuncupant, in genere. Cap. II.

Horã, anni Greci id tẽpus appellãt, in cuius medio caniculam exoriri contingit. Tempus autem id dierum est quadraginta: quo tempore omnes horarij, quos uocant, fructus constant: nonnulli iam declinantes, alij incipientes, alij in suo uigore, aut ultra uigorẽ, aut citra consistentes. Vocant autem ipsos ὡραίους, nõ ꝙ id solum temporis sint, sed (ut mea fert opinio) ꝙ ipsos, ab ijs qui ad reponendum sunt idonei, distinguant: quando & triticum & hordeũ, & omnia quæ in primo libro explicui, æstiuam atq; anniuersariam habent generationẽ, sed non cito corrũpuntur, quo modo cucurbitæ, mora, pepones, melopepones, persica, & alia id genus. Quæ si quis in hyemẽ seruare uolens, exiccata reposuerit, eo etiã modo ueterẽ naturã in cõtrarium immutabunt. Nonnulli certe è cucurbitis semẽ uacuantes, deinde ipsarũ uelut carnẽ siccantes, in hyemẽ quidem reponunt: utuntur autẽ omnes ipsa magis, ꝗ alio quouis fructuũ esculẽtorũ, ꝙ cæteris fructibus sint aridiores ac sicciores. Nõ tamen tritici, neq; hordei, neq; aliorum eiusmodi cerealium seminũ, cum sunt reposita, natura in cõtrariũ cedit. Manent enim suis substãtijs talia, qualia erant, cũ iam inde ab initio æstate fuerunt perfecta. Illud autem perspicuũ est, ꝙ quæ corpus habent siccũ cõpactũ, quemadmodũ habitũ ipsius habent perdurantẽ, ita solidum ac terreũ, & ob id multũ nutrientẽ. Quæ uero cõsistentia sunt humida, corrumpuntur, exiguumq; habẽt alimentũ, & quod facile è corpore excernatur. quæ causa etiã, cur eiusmodi promptius ꝗ solida per aluũ dejciantur: & potissimũ, cum nitrosum quippiam ipsis inest, ac tergẽdi facultas (cuiusmodi fructus quosdam fugaces habere ostẽdemus cõmemorabilẽ) quæ prauioris etiã succi esse perhibemus ijs, quæ nullam saporis qualitatẽ habent sensibilem, quomodo aqua optima nullam habet. Hæc igitur omnia, & ijs multo magis, quæ ante exactam maturitatẽ mandimus, flatulenta quidem sunt: uerũ subducuntur celerius: quemadmodũ etiã, quæ succũ habent tenuem, citius distribuuntur. Sunt autem omnia hæc praui succi: solusq; is utiliter ipsis utetur, qui æstu uehemẽtiore & longiore itinere sese confecerit: tunc enim iuuant, corporis squalorem humectantia, & si frigida sumantur, moderate refrigerantia. Etenim humectandi quidem semper habent facultatem: refrigerandi uero haudquaꝗ habebunt, si calida, sic, ut dixi, affectis fuerint esitata. Non enim proprio temperamento adeo sunt frigida, ut etiam si calida sumpta fuerint, uentriculum refrigerent. Quare ascititia egent refrigeratione, quæ partium, quę tum ad uentriculum, tum ad hepar pertinent (quibus primis occurrunt) calori aduersetur. His itaq; de omnibus eiusmodi eduljs, prius in uniuersum cõstitutis, nũc ad proprias cuiusq; facultates transibimus.

De cucurbita. Cap. III.

Cruda quidem insuauis est, stomachumq; lædit, & concoctu est difficillima: adeo ut si quis alterius cibi inopia, cucurbitam mandere coactus fuerit, (ut quidam iam est ausus) pondus frigidum uentriculo incumbere sentiat, stomachũq; habeat euersum, ac uomituriat, quo solo uomitu à premẽtibus symptomatibus poterit uindicari. Hanc igitur & alia fugacium pleraq;, aut postꝗ elixa fuerint, statim certe, aut in sartagine frixa, aut assa, omnes homines esse consueuerunt. Atq; sermonem hũc perpetuo memoria teneto. est enim omnibus cõmunis, quæ per ignem alterare est necesse. Cucurbita autem (de qua dicere institueram) elixa, nullam euidentem saporis habet qualitatem: nisi quis dicat quendam etiam esse saporem, qui neq; acris est, neq; salsus, neq; acerbus, neq; amarus, neque aliud quicquam eiusmodi manifeste repręsentat, ueluti nec ipsa aqua. Verũ huiusmodi omnia cõmuni nomine uocare consueuerunt ἄποια, id est, qualitatis expertia, uocentq; nobis sic, clarioris doctrinæ gratia. Cum ergo talis sit cucurbita, non immerito multos apparãdi modos admittit: ut quæ in medio sit omĩs excessus: ob idq; ad quẽuis excessum ex æquo duci queat. Quandoquidẽ nihil eorum quæ congenitum quempiam habent excessum, in contrariam excessui parandi rationẽ facile ducitur. Proinde cucurbita, quantum in se est, humidum frigidumq; et ob id exiguum corpori præbet alimẽtum, ut paulo ante de ijs omnibus quę succum habent aqueum ac tenuem, diximus: facile autem subit per uentrẽ, cum ob suæ substantiæ lubricitatẽ, tum ob cõmunem omnium ciborum humidorũ rationem, qui scilicet citra adstrictionem sunt humidi. Ad hęc coquitur non ægre, si modo prius corrupta non fuerit. Id uero illi accidit, cum parata uitiose fuerit, aut succus prauus in uentriculo fuerit aceruatus: interdum autẽ quod in ipso moram traxerit: quod alijs quoq; omnibus fugacibus, quę humido sunt temperamento, solet accidere. Corrumpuntur enim in uentriculo, ni celeriter subierint. Quemadmodũ igitur cucurbita, quantum in seipsa est, succum qui in totũ corpus alendi gratia distribuitur, habet qualitatis, ad sensum, expertem: ita cum alicui eorũ quæ uehementem habent facultatem, mista fuerit, facile illi adsimilatur: ut si cum sinapi sumpta fuerit, succus qui ex utroq; in corpus distribuetur, acris cum manifesta caliditate erit. Eadẽ ratione, si cum salso quopiam mansa fuerit (ut quidam in patinis cum sal-

samento struunt) succum in corpore salsum generabit. Est autem sic apparata, cibus suauissimus, si salsamẽtum ex ponticis illis fuerit, quos mylos appellant. Quòd si cum malis cydoneis elixa, condita'q;, ut decet, fuerit, succum austerum in distributione habebit præpollentem. Assa autem, uel frixa in sartagine, quamplurimũ quidem de propria humiditate deponit, reliquũ autem ipsius nullam insignem obtinet facultatem, uti nec cum in iure simplici parata fuerit. Cæterum ob aqueam qualitatem sibi innatam merito gaudet origano. Omnia enim eiusmodi succis acribus, uel acidis, uel austeris, uel salsis admisceri postulant, si modo in cibo suauia sunt futura, & ijs, qui usi fuerint, nauseam non sunt paritura.

A

De peponibus. Cap. IIII.

B

Vniuersa peponum natura frigidior est cum humiditate copiosa: habent autem uim quandam abstergendi, cuius beneficio urinam cient, & deorsum expeditius, quàm cucurbita, melopeponesq; permeant. Quòd porrò abstergeant, intelliges, si sordidam cutem ipsis fricueris. Quam ob rem si quis maculam solarem, græcis dictam ἔφηλιν, aut lentes in facie habeat, aut ἀλφὸς, id est uitiligines extimos & in superficie, hos quoq; detergent: semen tamen potentius, quàm ipsorũ uelut caro, deterget, adeo ut uel aduersus renes calculo infestatos conueniat. Succum autem in corpore gignit uitiosum, idq; potissimũ, cum concoctũ probe non fuerit. Quo casu choleræ morbo obnoxios efficere cõsueuit. Quinetiã priusquàm corruptus fuerit, ad uomitum quoq; est idoneus: largiusq; sumptus (nisi quis post ipsum aliquid eorũ quæ probi sunt succi, supermandat) omnino uomitũ excitabit. Illud porrò perspicuũ est, homines in hoc quòd fructu appellationem fecisse, quo modo in atramento, quo scribitur, quod μέλαν, id est, atramentũ appellant. Nam uox hęc πέπων uelut τὸ πέπανον, hoc est, maturũ significat, quod alijs quoq; quæ maturescũt, conuenit. Nam & racemus, cum exacte est maturus, dici potest πέπων, quemadmodũ certe & cum nondum maturuit, non potest nominari πέπων, nimirũ qui crudus est & immaturus. Ad eundem modum & fructus omnes autumnales, & pira, & cucurbitæ πέπειρα, id est, matura uocari consueuerunt, quemadmodum & melopepo, qui in seipso πέπωνα, id est, maturũ continet: unde medici quidam non simpliciter nominare uoluerunt pepones, sed totũ id σικυοπέπονα, id est, peponẽ cucumeralẽ nominari oportere cõtenderũt. Nos uero in præsenti sermõe de eiusmodi nõ laboramus, ut quæ ad medicinã nihil cõferãt: multo eñ satius est rem dilucide interpretari, quàm huiusmodi anxia disquisitiõe, doctrinã obscurare. Tũ porrò clarissime explicabimus, cũ uocabula uulgo maxime usitata eligentes, ipsorum significationes seruauerimus.

C

D

De melopeponibus. Cap. V.

Melopepones minus quàm pepones sunt humidi, nec adeo praui sunt succi, minus item urinas mouent, tardiusq; deorsum descendũt. Ad uomitum præterea excitandum, non tantũ, quantum pepones, habent mometi, sicut nec celeriter adeo, ut illi in uentriculo corrumpuntur, cum prauus humor in eo collectus fuerit, aut alia quępiam corruptionis causa ipsum prehenderit. Cæterum tametsi in iuuando stomacho, autumnalibus fructibus longe sunt inferiores, haudquaquam tamẽ ei, ut pepones sunt noxij: neq; enim uomitum, ut illi excitant. Huc accedit, quòd in peponibus homines à carne intima, in qua semen habetur, abstinent: in melopeponibus autem mandunt, idq; ipsis ad deiectionem confert. Qui uero eorum quasi carne tantũ uescuntur, non tam cito eam ac peponum excernunt.

De cucumeribus. Cap. VI.

Vrinam quidem & ipsi, quo modo pepones, cient, sed minus quàm illi, quòd ipsorum substantia minus est humida: ideoq; non facile, ut illi, in uentriculo corrumpuntur. Inuenias autem, qui ipsos (ceu alia multa quæ homines pleriq; coquere nequeunt) cõcoquant, ob naturæ scilicet cum eis familiaritatem, quam nos tum in cõmentarijs de temperamentis, tum autẽ in libris de medicamentorũ facultatibus, copiosissime exposuimus: demonstrantes, à totius substãtiæ proprietate, suum cuiq; animantium generi cibum esse familiarem: asinis quidem et equis paleam, fœnum, hordeum, ac id genus alia: leoni autem crudas animalium carnes: homini tum has omnes coctas, tum panes ex frumentaceis seminibus, ut diximus, cõfectos. atqui & elleboro coturnices, & cicuta sturni citra noxam uescuntur: ceu utiq; eruo boues. Porrò quę cuiq; coctu facilia, aut difficilia sint alimenta, aut ex substantiæ proprietate, aut aliquo symptomate, per experientiam sunt discernẽda. Quid autem sibi uelit quod dico, ex aliquo symptomate, primo libro id exposui. Quandoquidẽ quibus biliosus humor, aut omnino prauum excrementum quoduis in uentriculo sæpe congeritur, in ijs quæ natura coctu sunt facilia, celeriter corrumpuntur: ueluti hominibus quibusdam, qui calorem natiuum habent non humidum, neq; bene temperatum, sed squalidum atq; igneum. hi enim quæ alij facillime concoquunt, facile alterata ea corrumpunt, ructusq; eis accidunt nidorulenti. Cæterum illud perpetuo memoria teneto, quòd etiã siquis eorum quiduis, quæ alijs concoctu sunt difficilia, coxerit: succus tamen, qui ex eo in corpus distribuitur, eandem retinet naturã. Nam fieri non potest, ut succus qui ex pepone distribuitur, crassus ac terreus fiat, etiam si is coctus pulcherrime fuerit: quemadmodũ nec qui ex lente, aut bubula distribuitur, euadet unquam aquosus ac humidus, quem sanè & cõsistentia tenuem appellant. Id autem plurimum habet momenti, non modo ad sanitatis custodiam, sed etiam ad morbi declinationem, ut alibi demonstratum nobis est, & nunc rursus summatim procedente sermone, repetemus. Ergo qui cucumeres belle concoquunt, cum eo ipso nisi affatim ijs se impleuerint, ijs tandem longo tẽporis tractu accidit, ut succus frigidus ac mediocriter crassus in uenis coaceruetur, qui in ea coctio-

coctione quę fit in uenis, haud facile mutationem in probum sanguinẽ recipiat. Ob eam igitur causam, omnibus praui succi edulijs censeo abstinendum, etiam si ea quibusdam concoctu sint facilia. Nobis enim non aduertentibus prauus succus ex ipsis post longum tempus in uenis colligitur: qui postea exiguam ad putrendum occasionem nactus, febres malignas accendit.

De fructibus qui ex arboribus colliguntur. Cap. VII

Pira sanè, & poma, & ficus, persica, punica, & id genus alia, fructus sunt arborũ, quibus homines uescuntur. Sũt & præter hos alij, quibus homines non uescuntur, de quibus in pręsentia dicere, non est institutum. In uniuersum autem ac communi ratione, de fructibus, quibus homines uescuntur, scire oportet: humidos quidẽ, tenue humidumq́; ex se distributum alimentum corpori præbere. Quam rem omnino consequitur, ut eiusmodi alimentum celeriter corpus totum permeet ac peruadat, excernaturq́; tum per cutim, tũ per urinas. Proinde omnia eiusmodi cibaria medici rite affirmant pauci esse alimenti. Contrà autem in solidis consistentia fructibus habet: ex ipsis enim alimentum copiosius corpori adponitur, tardiusq́; permeat, maxime cum succum in seipsis habent crassum, aut lentum, aut adstringentem.

De ficubus. Cap. VIII

Quod omnibus quidem non modo autumnalibus fructibus, sed & ijs, quos fugaces appellãt, est cõmune, id ficus quoq; habent. Non enim potuerunt succi prauitatẽ effugere, tametsi minus quàm fugaces omnes ipsius sunt participes. Verum hæc ipsis insunt bona, quòd uentrem prompte permeent, & ꝙ facile totum corpus peruadant. Nam & abstergendi quoq; insignem habent facultatem: quò fit, ut post ipsarũ esum nephretici multas arenulas excernant. Præterea, cum omnes autumnales fructus exiguũ corpori præbeant alimentum, id omnium minimũ ficubus usu uenit. Carnem tamen non cõpactam, neq; firmam generãt, ceu panis, & suilla: sed sublaxam ac subinanem, ut fabæ. Flatibus tamen hę quoq; uentrẽ implent, essentq́; eo nomine admodũ dolorificæ, ni etiam celerẽ descensum essent adeptæ, cuius beneficio celeriter peruadentes, flatus quem excitant, nõ diu manet, atq; in eo minus cæteris fructibus autumnalibus lædere cõsueuerunt. Cæterũ maturæ ficus immaturas non mediocriter antecellũt: quod & in alijs quidem omnibus fructibus cernitur, non tantum tamen in eis est discrimen. Nam quę ficus prorsus sunt maturæ, nihil propemodum omnino lędunt: quo modo nec caricæ. quæ multiplicem quidẽ habent utilitatem, siquis tamen largius esitauerit, in una re ab eis offendetur: quãdoquidẽ sanguinem non admodũ probum gignunt: quo fit, ut ex ipsarum usu pediculorum multitudo proueniat. Habent etiam tenuandi facultatem & incidendi, qua uentrem quoq; ad excretionẽ irritant, renesq́; expurgant. Iecori aũt lieniq́; inflammatione obsessis sunt noxiæ, quemadmodũ & ficus, non peculiari quadam & eximia facultate, sed cõmuni ratione

A dulcium omnium ciborum ac potuũ: obstructis autem illis, aut scirrho adfectis, ipsæ ex sese nil cõmodant, nec officiunt: sed medicamentis incidentibus ac extenuantibus & abstergentibus mistæ, non mediocriter iuuant. Proinde nonnulli medicorum in dictis lienis ac hepatis affectibus, exhibent ipsas longe ante cibũ cum thymo, aut pipere, aut zingibere, aut pulegio, aut satureia, aut calaminthe, aut origano, aut hyssopo. Ad eundem autem modũ, si caricæ cum alio quopiam eorum, quæ facultatem habent acrem, aut omnino incidendi ac extenuandi, assumantur, iuuabunt non solum sic affectos, sed etiam sanos. Siquidem iecoris meatus, per quos fertur alimentum, apertos esse non ęgrotis modo, sed sanis etiam est tutissimũ. B Ad eum igitur modũ uulgo ficubus cum attenuantibus, sale, aceto, & garo præparatis, uescuntur, ꝙ ipsas utiles esse experientia didicerint. Verisimile autem est, ipsorum nõnullos medici cuiusdam consilio impulsos, ad edendas ipsas accessisse: deinde eam notitiam ad uulgus dimanasse. Qui uero cũ cibo aliquo crassi succi caricas ficúsue mandunt, non mediocriter offenduntur.

De uuis. Cap. IX

Ficus & uuæ quemadmodum inter fructus autumnales principatum obtinent, ita fugacibus omnibus magis nutriunt, minimũq́; praui succi habent, præsertim cum exactam maturitatẽ fuerint adepta. Porrò ꝙ ipsa nutriunt, maximo argumento sunt ij qui uinearum fructũ custodiũt, qui cum C duos menses solis uuis ac ficubus, quorũ custodię pręsunt, uescantur (nisi forte panis quidpiam cum illis addant) corpulenti tamen admodum fiunt: at caro, quæ ex ipsis gignitur, haudquaquam est firma ac densa, quemadmodum ea, quæ ex carnibus fit: sed laxa est ac præhumida: ob id celeriter etiã, cum uesci ipsis desierint, cõstringitur ac considet. Verum uuę minus alunt ꝙ̃ ficus, maximũq́; id ipsis inest cõmodum, ꝙ uelociter subeant. Quocirca, siquando hæserint, grauiter lædunt, cum id maturis ficubus non insit. Hæ enim etiam si non magnopere deorsum cõcedant, modo probe in uentriculo coctæ fuerint, alimentum corpori dant innoxium. quorum neutrũ uuis adest. neq; enim retentæ belle coquũtur: & dum in iecur ac uenas di- D stribuuntur, succum crudum generãt, qui non facile in probum sanguinẽ mutetur. Nam acinorũ substantia composita est ex ipsarũ uelut carne & humore, qui per carnẽ est dispersus, ex quo fit uinum: præterea ex uinaceis, atq; ex membranoso tegumento, quòd omnia hæc extrinsecus circumambit. Cæterum uinaceorũ quidem substantia sicca est, & quodãmodo adstringẽs, omniaq́; intestina peruadit, nihil, quod sensu deprehendi queat, à sese mutata, nõ secus ac in ficubus κεγχραμίδες, id est grana. hæc enim in utroq; fructu proportione inter se respondẽt, cũ utrunq; totius plãtę sit semẽ, permeetq́; nõ alteratũ, non in succũ uersum, nulla deniq; in re immutatũ. Est & proportio quædã in tegumẽtis utrunq; fructũ cõtinentibus, quæ ipsis eum usum præstant, quem cutis animalibus: Exi-

guam autem tegumentum id recipit in uentriculo mutationem: quò fit, ut quidam cum ipsum & omne id quod intus habetur, unà cum uinaceis sugxerint, expuant: quę & ipsa nonnulli conantur expuere, potissimũ cum acini grandes fuerint: nam in exilibus id factu est difficile. Liquet porrò ꝙ aluus magis laxatur, si sola acinorum caro cum succo fuerit transglutita sine uinaceis ac membrana extrinsecus ambiente. Laxatur autem impensius, cum solus ipse succus expressus (mustũ uulgo appellant) fuerit transglutitus, qui uentrem, ni uelociter pertranseat, flatibus nonnihil implet. Ex hoc sanè alimenti nonnihil corpori accedit, copiosius tamẽ ex carnea substantia: eoq; accidit uuas quasdã nutrire magis, quàm deijci: contrà, alias promptius deijci, quàm nutrire. Ergo quibus exiguus est succus, magis nutriunt: quibus uero est uberior, minus quidem nutriunt, sed promptius subeunt. Vocant autem uuas eiusmodi generosas, in quibus acini humidam quidem substantiam habent exiguam, solidiorem aũt non paucam, quam ceu carnem acini esse diximus. Atq; ijs utuntur, eas uarijs modis autumno reponentes. Etenim in mustũ ipsas coniјciũt, impletasq; ijs nouas ollas in uinaceis recondunt. Voco autem uinaceos, solidas uuæ reliquias, cum in torculari succus ipsius omnis prorsus expressus fuerit: quas etiam homines in dolijs componunt, stipantes ipsas ualide ac constringentes: appellantq; idipsum τρύγα, id est fecem, quod ego uinaceos appellaui: nomine autem στεμφύλα, id est, uinaceorum, acinorum radicem, quę ex palmite enascitur, appellant, quã nos βότρυχον nominamus, unde acini ipsi pendent. In hanc igitur τρύγα ollas nouas uuis refertas, condunt, operculis exacte obturãtes, ne alicunde difflentur, & quà operculum cum olla cõmittitur, pice illinunt, perspiratus omnes obstruentes. Ipsam autem ollam esse oportet ex luto suaueolente & perfecte assato. Huiuscemodi certe uua, uentriculum dissolutum roborans hominibus cibum fastidientibus, appetentiam excitat, non tamen per aluum subit: & si sumpta largius fuerit, caput ferit: quæ in musto conditur, magis adhuc quàm hæc, caput infestat: pensilis uero nihil prorsus caput lædit, uentrem autem nec sistit, nec ad deiectionem irritat. Eodem autem modo se habet & ad appetentiam, ut quæ nec imbecillam excitat, nec fortem dissoluit. Porrò aliarum uuarum ea concoctu est facillima, quam dixi homines in musto & uinaceis, in totum sequentem annum usq; ad secundam uindemiam reponere. Quę autem ex ipsis suspenduntur, quum inaruerint, sunt inutiles, aliæ quidem statim ipso uere, alię uero omninò saltem æstate. Non parua autem est inter uuas differentia, quòd aliæ sint dulces, aliæ acidæ, aliæ austerę, aliæ denique quæ nullam uehementem habeant qualitatem: uocant autem ipsas uinosas. Ceterum quę dulces sunt, succum habent calidiorem, ob id sunt sitibundæ: austerę uero & acidę frigidiorem: uinosæ autem locum inter calidum ac frigidũ medium obtinent. dulces item aluum subducunt, &

A maxime si sint humidę: acidæ, austeræq;, non huic modo rei, uerumetiam coctioni in uentriculo, distributioni, ac nutritioni sunt noxiæ: acidæ certe etiamsi exactam in ipsa uite maturitatem adeptæ, suspendantur, ne sic quidem dulcescunt: austerarum autem quædam, si suspensæ diutius fuerint, dulciores redduntur: acerbæ uero ut acidæ, etiam si suspensę fuerint diutius, mutationem in dulcius nunquam poterunt assequi: quocirca ipsarum esus perpetuo est cauendus. Omnium quidem certe usus (si quis moderate sumat) est tutissimus, quum uuę natura fuerint carnosæ, ac maturæ, siue in uite summam maturitatem obtinuerunt, siue quod maturitati deerat, ex consequenti suspensione sint adeptæ. Cõsequenter uero eas quæ ex pen-

B silibus nullam austeram uel acidam qualitatẽ habent affatim uentris deijciendi gratia licet ingerere. Quidam autem in eundem usum, mustũ quoq; idq; dulcissimum, bibunt. Id enim maxime subducit. Quod uero ab uuis austeris aut acidis est expressum, ad omnia est pessimum. Equidem nominibus sic sum usus, quemadmodum homines huius seculi utuntur, satius esse ratus, res dilucide docere, ꝙ uetere lingua Atticorum uti. Quòd sicui antiquius id, doctrinæ perspicuitate fuerit, Attici uuarum partes solidas quæ musto expresso supersunt, βρύλα appellant: στέμφυλα autem, oliuarum, cum oleum fuerit expressum: quod uero crassum in uuis subsidet, uulgus Atticorum τρύγα, id est, fecem nominat. proinde nulla apud eos in uocibus

C est homonymia, ut apud alios homines, qui βρύλα etiam τρύγα nuncupant. Quin & tertia quædã huius nominis τρυγὸς, est significatio, græcis huius memoriæ usitata. Nam uinaceorum dilutum, τρύγα uocitant: quod rursus ab Atticis δευτέρια, à nostratibus στεμφυλίτις, id est, lora appellatur. Coniectis nanq; in parua dolia uinaceis, tantum aquę superaffundunt, quoad omnia permadeant. Quod ubi satis factum uidetur, in dolij fundo foramen aperiunt, ut dilutum effluat: idq; pro uino bibunt. Perspicuum autem est, ꝙ pro uinaceorum copia aquam, experiẽtia docti, affundunt: quò uidelicet lora, neq; aquosior sit, neq; meracior. Deinde rursum aliam aquam, parciorẽ tamen priori, uinaceis adfundunt, ita ut id quoq; in potu sit tolera-

D bile: quod quidam Attici proprie, non ut prius, δευτέριαν nominari uolunt. Vtraq; lora capiti dolorẽ affert, nisi quis dilutiores ipsas bibat, sed prior magis caput ferit. Cõmodum autẽ huic potui id inest, ꝙ ocyus per urinas reddatur. qua in re magnum est pro uaria uuarum (ex quibus sunt uinacei) specie, discrimen. Quandoquidẽ si dulces fuerint, potus multo erit suauior, citiusq; per urinas reddetur: sin uero acerbæ, aut acidæ fuerint, insuauior lõge, ac minus ciens urinas. Id aũt dilutũ ualentius multo fit, ac uinosius, cum τρύξ, id est uinaceus, ad uer aut æstatem fuerit asseruatus. Hyeme uero si quis utatur, ut caput minus ferit, sic & per urinas minus secedit.

De uuis passis. Cap. X

Vuæ passæ cum alijs uuis eandem habent ratio-

nem, quam caricæ cum ficubus. Multę enim fiunt dulces, acerbæ autem omnino paucæ: plurimę uero ex dulci & austera qualitate sunt mistæ, quanquam dulces nonnihil quoq; austerę qualitatis habent: & austeræ, dulcedinis. Cæterum ut dulces temperamento sunt calidiore, ita austeræ frigidiore. Ad hoc, austeræ stomachum roborant, & uentrem constipant, & his multo magis acerbæ: mediam autem quodãmodo inter ipsas cõstitutionem dulces obtinent, ut quæ nec stomachũ dissoluant, nec aluum subducant. Dulcibus tamẽ, ut uis quædam semper inest cõtemperandi, ita & mediocriter detergendi, quibus duabus facultatibus exiguas mordicationes, quæ os uentriculi infestant (q̃d & stomachum appellamus) obtundunt. Perspicuum enim est, quòd mordicationes maiores ualentiora postulant remedia. Inter passas autem præstantiores sunt, quæ tũ pingues sunt, tũ corticẽ habent tenuem. Nonnulli autem, & rectè sanè, è dulcibus grandibusq; (quales sunt scybelitides) prius quàm mandant, uinacea eximunt. quæ & ipsæ inueteratę, cutim durã crassamq; habent, easq; prius in aqua coguntur macerare: nam & uinaceus ipse facilius sic eximitur. Aliæ quædam sunt, his contrariæ, solidæ & crassæ, quæ nullum prorsus uinaceum habent. Crescunt hæ in Cilicia, colore subflauo. In Pamphylia autem scybeliticæ, & colore nigræ: quæ, ut dixi, sunt maximæ: Minimæ autem in Cilicia, fuluæ proueniũt: Aliæ præter has, in Cilicia nascũtur, colore nigro, magnitudine mediæ: quemadmodũ apud alias plerasq; gentes, potissimum in Libya. In Asia autem uariæ passarum species, mediocri magnitudine proueniunt. etenim quædam subflauæ, aliæ nigræ, aliæ dulces, & aliæ subausteræ cernuntur. Porrò, in frigidis regionibus ne uuæ quidem ipsæ maturari exquisite queunt, nedum passarum quæpiam. Quapropter resinam uinis immittunt, ne celeriter acescant. Porrò, quemadmodum passarum differentia, quæ à colore sumitur, nihil ad passarum facultatem confert, ita nec magnitudo: sola qualitatis, quæ gustui inest, differentia potest omnia: cui soli intẽtus, inuenies (ut ante diximus) & in quibus, & quo tempore uti conueniat. Alimentum ex passis tale qualitate in corpus distribuitur, qualis ipsarum natura fuerit, dulce ex dulcibus, austerum ex austeris, mistum ex ijs, quę utriusq; qualitatis sunt participes. Quantitate uero copiosius ex pinguibus ac dulcibus, parcius ex austeris & macris. Quòd si passarum pinguiũ ac dulcium, à quibus uinacei fuerint exempti, parem molem cum pari uuarũ mole cõtuleris, passas ualentius nutrire deprehendes. Huiusmodi sanè ut minus ꝙ caricæ subducant, abstergantq;, magis tamen ꝙ illę stomachum iuuant.

De sycaminis, quæ & mora appellant. *Cap.* XI

Non hæc Attici sermonis affectatoribus scribimus (fortasse enim ne legere quidem ipsa dignarentur, corporis simul & animi sanitatem pro nihilo ducentes) sed medicis quidem, qui de Atticismo non magnopere laborant: tum autem & alijs, qui ut animalia ratione prędita, honorem, gloriã, A diuitias, & autoritatẽ inter ciues, corporis & animi ualetudini postponũt. Certo enim scio, hos linguam Atticorum nihilo pluris ꝙ cæterorum hominũ æstimare: corporis uero sanitatem præstantius quiddam ducere ac dignius ei homini, qui uiuere secundum naturam studuerit. Cum igitur intelligam, sermonẽ simpliciorẽ ijs esse utiliorem, nominibus utor quæ ipsi intelligant, etiam si uetustis Gręcis non sint consueta. Mororum igitur nomen uulgo est cognitum: si non alia de causa, saltem ob medicamentum ϛομαχικὸν, id est, ori gratum, quod διὰ μόρων appellatur, quod eorum succum recipit. Quibusdam autem ex fructibus autumnalibus, quos deinceps recẽsebimus, pleriq; homines ignorant, quo nomine ante annos sexcentos ab Atheniensibus fuerint appellati. B Animaduertunt enim huius tempestatis Athenienses, fructus omnes non alio nomine appellare, ꝙ quo reliqui Græci appellant: sed & mora ipsa, sycamina nihilominus, ꝙ mora nominare. item persica, nuces, pręcocia: ac in summa, reliqua omnia pro aliorum Græcorum consuetudine. Neq; enim detrimenti quidquã ipsis ex uetustarũ appellationum ignoratione accidet, si facultates ipsorũ exploratas habuerint. Satius enim fuerit scire, ex cibis qui subducuntur, posteriores quidẽ sumendos qui tarde permeant: omniũ aũt primos, qui celeriter quidem peruadunt, corrumpuntur tamẽ, si in uentriculo morẽtur diutius, ꝙ ipsorum nomenclaturas nosse: Non tamen omnino ignorare homines mihi C uidentur, qui ordo in ijs quæ mandunt, sibi sit seruandus: quandoquidẽ ipsos uideas in plurimis cibarijs eum seruare. Præsumunt enim radiculas, oliuas, & fœnũgræcũ ex garo: post hæc, maluas, betam, & alia id genus olera cum oleo & garo. Et enim, si uel tantillũ mentis habeãt, diuturna experientia docet eos facultates eorum, quæ quotidie cibi gratia sibi præparant. Quorum uero multo interuallo usus atq; experientia incidit, ea soli homines solertes obseruant, ac memoriæ mandant. Sycamina igitur celerrime pertranseunt, cibisq; alijs præeunt, si in uentriculũ purum inciderint, & sumpta primis epulis fuerint. Quòd si sumpta post alios cibos fuerint, aut etiã prauum succũ in uentriculo offenderint, celerrime unà cum alijs cibis D corrumpuntur, nouo quodam corruptionis genere, et quod uerbis explicari nequeat, ut in cucurbitis accidit. Omnia enim hęc si modo celeriter incorrupta subierint, cibis fugacibus minus sunt noxia: sin minus, corrumpuntur non aliter ꝙ pepones: quanquã hi quoq;, si celeriter subducantur, nullam magnam noxam adferũt. Tempus autem utendi, ut peponibus, ita & moris est, cum corpus uẽtriculi squalore æstuat, quo tẽpore necesse quodammodo est, hepati quoq; idem accidere. Cucurbitę quidem & cucumeri, tũ maturo, tum ante maturitatem: ad hęc & melopeponi nulla adstringẽs qualitas inest. sycaminis uero, & potissimũ cum nondum admodũ maturuerint, qualitas eiusmodi cõspicue inest: immaturioribus aũt inest simul & acida. Proinde nõnulli ab arbore ipsa detrahentes

ac ſiccantes reponunt, medicamentũ ad dyſenteriæ, ac diuturnæ diarrhœæ curationẽ utile ſibi futurum. At nunc nobis non eſt propoſitum medicamentorum facultates exponere. Rurſus igitur ea repetamus, quę ſycamina ipſa ut alimentũ poſſunt agere. Quòd quidem celeriter ſubducantur, dictum nobis prius fuit: quod eis accidit forte propter ſolã ſubſtantiæ humiditatẽ ac lubricitatẽ: forte etiam propter admiſtam qualitatem quandam acriorem, quæ deiectioni excitãdæ ſatis eſſe poſſit: quandoquidem qualitas adſtringens, non modo ad ſubductionem nihil confert, uerumetiã ſua pte natura uentrem conſtipat. Didiciſti autem ex cõmentarijs de ſimpliciũ medicamentorũ facultate, pleraq; eſſe corpora, quæ facultates habeãt contrarias. Coniector igitur mora exiguam in ſeipſis
B habere facultatem eiuſmodi, qualis magna medicamentis purgantibus ineſt, cuius beneficio non modo facile ſecedunt, ſed corrumpuntur etiam, ſi diu in uentre manſerint. Quòd ſi corrupta (ut dixi) non fuerint, omnino quidem humectant, non tamen omnino refrigerãt, niſi ſumpta fuerint frigida. Alimentum autem corpori præbent minimũ, quo modo pepones, nõ tamen, ut ij, uomitum excitant, neq; ſtomachum lædunt.

De ceraſiis. Cap. XII

Ex ceraſiis quædam ſunt, quæ moris ſunt ſimilia, cuiuſmodi ſunt ea, quæ minimam habent adſtrictionem: alia ruborum fructui, ut ea, quæ euidentius adſtringunt: quędam autem ſunt, quæ uel ualentius ijs adſtringant. Proinde memoratæ cuiuſq; ſpeciei facultatem, ex ijs, quæ de ſycaminis
C & rubi fructibus dicimus, potes colligere.

De rubi fructibus. Cap. XIII

Ruborum fructũ homines apud nos βάτινον appellant, quemadmodũ mori & ſycamineæ mora & ſycamina: utroq; enĩ modo ipſa nominant: ſunt aũt βάτινα ꝙ mora magis adſtringẽtia: & ſiquis largius ijs uescatur, capitis dolorẽ ſentiet: alij ſtomacho anguntur. Proinde fructũ hunc abluamus oportet prius, ꝙ mandere ipſum aggrediamur: q̃d maxime in ſycaminis quoq; eſt faciendũ. Non tamen uentrem ſubducunt, ſed potius cohibent: & ſiquis immatura ipſa prius ſiccata repoſuerit, multo etiam magis cohibebunt. Omnia tamen medicamenta, quæ ex mororũ ſucco paranẽ, ſi facta ex
D ijs quoq; fuerint, facultatẽ habebunt efficaciorẽ.

De fructibus canirubi. Cap. XIIII

Fructus canirubi multo magis quàm ruborum adſtringit: ob eamq; cauſam uentrem magis cohibet. Veſcuntur autem ipſo frequenter ruſtici, exiguũ alimentũ corpori ſuggerente: uocantq; κυνόσβατον, id eſt, canirubum.

De fructibus iuniperi. Cap. XV

Fructus iuniperi, qui ἀρκευθὶς dicitur, acris eſt admodum cum exigua dulcedine, & minori præterea adſtrictione. Habet aũt & aromaticon quiddam. Perſpicuũ certe eſt, ꝙ calefacit quidem, tum propter acrimoniã (demonſtratum enim eſt, acria omnia calefacere) tum aũt maxime propter odorem ac guſtum aromatibus adſimiles. omne enim ἄρωμα, calidum. Hepar aũt & renes purgat: & ſuccos craſſos ac lentos uidelicet tenuat: unde medicamentis ſalubribus admiſcetur. Alimentum aũt ex ipſo exiguum corpori hominũ accedit. Quòd ſiquis ipſum largius ſumpſerit, ſtomachum mordet, & caput calfacit: ob idq; ipſum nonnunꝙ replet, doloribusq; infeſtat. uentrem uero, nec proritat, nec cohibet: urinas tamẽ mediocriter uacuat.

De fructibus cedri. Cap. XVI

Fructus cedri, qui κεδρὶς dicitur, colore quidem & figura, fructui iuniperi eſt ſimilis, ſubflauus enim eſt ac rotundus: diſſidet autem ab eo acrimonia. Nec multum abeſt, quin fructus hic ex genere ſit medicamentorũ: cum nullum præbeat corpori alimentũ, niſi quis aqua ipſum macerarit. Omnibus enim acribus id eſt commune, ut ſoluta ipſorũ acrimonia, exiguum alimentũ corpori præbeant. Quinetiam cedrorũ fructus, ut fructu iuniperi durior eſt ac ſiccior, ita profecto exilior, nihil ut ille, habens aromaticon. Perſpicuum aũt eſt, ꝙ & ſtomachum ualde mordicat, & capiti dolorem infert, niſi quis ipſum parciſſime ſumpſerit.

De nuce pinea. Cap. XVII

Nux pinea boni ac craſſi eſt ſucci, multumq; nutrit, non tamen facile concoquitur. Appellant autem nunc Græci ipſum non κῶνον, ſed ςρόβιλον.

De fructu myrti. Cap. XVIII

Græci fructum hunc μύρτα nominant, nutritq; tenuiter ęque ac fructus iuniperi, facultatẽ tamen habet contrariã. Quandoquidẽ ualenter adſtringit, & ob idipſum aluũ ſiſtit: non tamen pro ratione adſtrictionis, frigidius facultate eſt: propterea ꝙ adſtrictionẽ habet non ſolã, ſed acrimonia etiã quadam admiſtã. Porrò cibis omnibus, qui qualitatem medicamentoſam habent uehementẽ, eſt cõmune, ut cum eam qualitatẽ coctione, aut aſſatione, aut maceratione depoſuerint, exiguum corpori dent alimentũ, prius autem prorſus nõ nutriant. Id enim ipſum & cæpis & porris accidit.

De perſicis. Cap. XIX

Fructum hunc, ſiue mala perſica, ſiue (ut Græcis nunc mos eſt) ſimpliciter perſica appellare uelis, ſiue aliud quoddam uetus nomen præter hæc ueſtigare, potes id per magnũ ocium facere. Nũc autem diſcas, quod nominibus ipſis erit utilius, ꝙ ſcilicet ipſorum ſuccus, & ueluti caro facile corrumpitur, prauaq; omnino eſt. Quocirca (quod quidam facere ſolent) non ſunt poſt alios cibos mandenda: corrumpuntur enim in ſuperficie natantia: ſed in omnibus, quæ praui quidem ſunt ſucci, uerum humida ſunt ac lubrica, & quæ ſubduci facile queant, id cõmuniter tenendum, ea ob hoc ipſum ante alios cibos eſſe ſumenda. Ita enim fiet, ut & citius ſubducantur, & alijs cibis uiam muniant. Quæ ſi ſumpta poſtrema fuerint, unà ſecum alia quoq; corrumpent.

De armeniacis & præcocibus. Cap. XX

Hæc quoq; ex genere ſunt perſicorum, bonitate nonnihil illa ſuperantia. Neq; enim in uentriculo, ut illa, corrumpuntur, neq; aceſcunt: uulgo autem iucundiora apparẽt: unde etiam ſtoma-

cho sunt gratiora: Nam quę in cæteris similia sunt A
uerum iucundiora, his omnibus hoc adest, ut sto-
macho sint cōmodiora : queádmodū iniucundis,
ut uentriculū resupinent, ac subuertant, & ad uo-
mendū incitent, cupientem ꝙ celerrime quod in-
festat, abijcere: id quod facit pro momento eorū,
quæ infestant. quæ em̄ uergunt deorsum, ea isthac
expellit. Quæ uero supernatant, per uomitus eij-
cit. Idem facit, & cū succi praui ex toto corpore in
sese defluūt. Etenim, qui ex ijs in partem uētriculi
superiorē cōfluunt, uomitu uacuātur : qui uero in
inferiorē, pariunt diarrhœam. Porrò, ꝙ fructus o-
mnes autumnales exigui sint alimenti, dictum id
nobis prius fuit. Præcocia tamen, quę uocāt, arme
niacis sunt præstantiora. Qui aūt præcocium no-
men fugitāt, utraqꝫ mala armeniaca appellāt. Alij B
uero armenia, per quatuor syllabas, non quinqꝫ.

De malis. Cap. XXI

Genus horum non est simplex, quo modo neqꝫ
pirorum, neque punicorum. Quædam enim sunt,
quæ saporē habent austerū: alia acidum, aut dul-
cem: nonnulla etiam ex ijs mistum, apparentqꝫ &
dulcia simul & adstringentia. Præterea alia quędā
cum dulcedine manifestum habent acorem. Ad
hæc, alia cum acore acerbitatem. Inuenias autem
interdum, & quæ hos tres sapores simul habeant
euidentes adeo, ut acida appareant & dulcia, acer
bitatisqꝫ habeant nōnihil. Perspicuum autem est,
quòd adstringens, austerum, & acerbum, tria hæc
nomina saporis, qualitatem unicam significant.
Quòd uero acerba quidem in eo ab austeris diffe- C
rant, ꝙ ualentius adstringant, cōmune autem ipso
rum genus est adstringens, ex quarto libro de sim
plicium pharmacorum facultate didicisti, in quo
de saporū substantia ac facultate tractauimus. Me
mor igitur illorū, scito mala quidem quæ adstrin-
gunt, succum habere frigidum ac terreū. Quæ ue-
ro acida apparent, frigidum quidem, uerum tenui
um esse partium. Mediæ autem temperaturæ esse
dulcia, quæ tamen ad calidius uergunt: queádmo
dum quæ omnis qualitatis sunt expertia, ac ueluti
aquosa, ad frigidius inclināt. His igitur uteris pro
uincēti in saporibus facultate, austeris quidem po
mis, cùm uentriculus uel propter calidam intem-
periem, uel multam humiditatem fuerit imbecil-
lus: acerbis autem, cum duo hęc aucta admodum D
fuerint: acidis, quando succū crassum, qui non ma
gnopere frigidus sit, suspicaberis in ipso esse colle
ctum. Quandoquidem succus frigidus non acida,
sed acria postulat. utraqꝫ certè & acida & acria suc
cos crassos incidunt: in eo tamen differunt, quòd
hæc quidem cū calfactione: illa aūt cum refrigera
tiōe id pręstent. Perspicuū porrò ex ijs quæ sæpe
iam diximus est, ꝙ adstringentia quidem, quantū
in ipsis est, alui deiectiones semper cohibēt: acida
uero, cum succum crassum in uentre inuenerint,
ipsum incidunt, ac deorsum subducunt, ob idqꝫ de
iectiones humectant. Quòd si uentrem purum in
uenerint, ipsum magis sistūt. Porrò succus dulcis,
cum sine acrimonia & crassitie, hoc est, cum solus
planè fuerit, celerius, quantū in ipso est, distribui-
tur. Quòd si acrimoniam, aut crassitiem habuerit,
citius subducitur. Est autem & aliud succi genus,
non in pomis modo, uerumetiā in alijs omnibus,
quod aqueum & qualitatis expers appellant, ut
antea quoqꝫ diximus: quod stomachum quidem
minimū iuuat, in medio autem est memoratarum
facultatum, quemadmodum & aqua ipsa. Inest au
tem pomo eiusmodi id uitium, quòd cum ad man
dendum ipsum aut uoluptate, aut utilitate addu-
cantur, quando neqꝫ gustu iucundum ipsum, neqꝫ
quemadmodum adstringentia, robur uentri indu
cere, neqꝫ fluentem ipsum sistere comperiunt, me
rito contemnunt: quemadmodū & apud nos qui
dē in multis Asiæ locis, suibus ipsum proijcimus,
πλατανίσινον appellantes, quòd tenera platano-
rum folia gustu quodammodo repræsentet. Cæte
rum optima etiam genere mala uitanda sunt ante
quàm in arboribus maturuerint: concoctu enim
sunt difficilia, & frigida, tardeqꝫ permeant, & pra
ui sunt succi: ut interim omittam, quòd succum e-
tiam habent frigidum, ac leuiter crassum. Quæ ue
ro belle matura in hyemem & uer proximum as-
seruant, ea sæpe in morbis maximū adferunt præ-
sidium, aut farinæ subactæ massa oblita, & in cali-
dis cineribus mediocriter assata, aut pulchre in a-
quæ bullientis uaporibus percocta. Cæterū post
cibum statim dare ipsa conueniet, nonnunquam
autem & cum pane ad uentriculū & stomachum
roborandum, ijs qui deiecta sunt appetentia, tar-
deqꝫ concoquunt, quiqꝫ uomitu, diarrhœa, ac dy-
senteria infestātur. In hunc usum acerba sunt apta.
Parata enim, ut iamiam præcepi, mediocrem re-
tinent adstrictionem, cum, si mediocriter austera
sunt, in eiusmodi apparatu adstrictionē omnem
deponant, ob idqꝫ similia ijs euadunt, quæ ab ini-
tio sunt aquea.

*Qui fiat, ut esus pomorum aut pirorum adstringentium uen-
trem quibusdam deijciat.* Cap. XXII

Cum autem quosdam audiuissem, qui dicerent,
uentrem sibi ab esu adstringentiū subduci, satius
esse putaui, quæ de eo ratione atqꝫ experientia sæ
pe cognouissem, hoc loco semel fusius explicare.
Cum primum rhetor quidam, ciuis noster narra-
ret, uentrem sibi post esum pomorum ac pirorum
austerorum deijci, re intellecta atqꝫ in ipso per ex-
perientiam comprobata, audacius postea in alijs
ipsam sum expertus. Rogaui enim hominē, ut me
cum uel unū diem uiueret, ut scirem quo tempo-
re, & ꝙ multis uesceretur astringentibus. Ac pri-
mum hominē statim sum hortatus, ut more suo ui
ueret, néue ulla in re cōsuetā sibi uictus rationem
immutaret: ipse autem, cum post balneum, paucu
la aqua præbibita, fœnumgræcum, radiculā, & id
genus alia(quæ ante alios cibos omnes ferè sume
re consueuerunt) similiter & ipse sumpsisset, ui-
numqꝫ dulce, quantitate mediocri, adbibisset, co-
medit deinceps maluas cum oleo & garo, & pau-
co uino: & post illa piscis quidpiā, suillæ, & auis:
deinde, cum secundo bibisset, pauco tempore in-
termisso, sumpsit pira austera: postea deambulatū
progressi, nō multum deambulauimus, cum uen-
ter

ter illi maiorem in modum est solutus. Quæ cum essem conspicatus, pactus sum cum amico, ut postridie quæ ad suam uictus rationem pertinerent, mihi cõmitteret. Qui cum mihi prompte esset assensus, prima omniũ, post balneum, pira exhibui: deinde alia deinceps, ut consueuerat: quibus peractis, non modo non uehementer, sed ne mediocriter quidem aluum deiecit. Mirabatur sanè (ut par est) rei euentũ, causamq́ eius à me sciscitabatur: cui ego hæc, quæ nunc referã, exposui. Nam cum garum (inquam) unà cum ijs quæ cum eo sumpseras, aluum suapte natura subducat, idq́ iam ante fecerit, adstringẽtia postremo loco sumpta ijs potissimum, qui stomachum habent imbecillum, deiectionis sunt causa, uentriculum roborantia, & ad expellendũ deorsum, quæ in sese continet incitantia: quod magis (inquam) fatebere, si cras prima omnium astringentia sumpseris: secundo aũt post illa, carnosa: omniũ postrema, quæ cum oleo & garo mandunt. minime inquit, repẽte enim uomerem, si maluas ultimas cum oleo & garo manderem. optime (inquã) respondisti. Illa enim uentriculum subuertunt, & potissimũ os ipsius, quod iã omnes stomachũ uocare consueuerunt: adstringentia uero roborant, ac firmant: quò fit, ut siquis alius succus uentriculũ subuerterit (quod solet bilis pallida efficere, in quibus copiosior est aceruata) qui sic est affectus, siquid adstringentiũ gustarit, succum infestantem repente deorsum excernet. Deinde ostendi ei iuuenẽ quendam, qui narrabat cum paucis diebus ante, purgãdi gratia, succũ scãmoniæ sumpsisset, & horis quinq́ post sumptũ medicamẽtũ iã præterlapsis, nulla secuta esset excretio, stomachũ quidẽ sibi premi, uentriculũ aũt intumescere ac grauari cœpisse, quas ob res attonitũ se, atq́ animi incertũ, symptomata, quibus infestabatur, mihi cõmunicasse. Quonã igitur modo hominem sanauerim audi (inquam) iuuenem ipsum: tum protinus præsentẽ ei exhibui, ac narrantem, ut ego imperarim sibi exiguum quiddam mali astringentis, aut punici, aut piri, manderet: ipse autem simulatq́ cõmedisset, malis statim fuerit liberatus, copiosissima ac cõferta ex ipsius uentre facta excretione. Scito igitur (dixi rhetori) tibi quoq́ idem contingere, cum propter uentriculi totius ac stomachi imbecillitatem, adstringentia postremo loco sumpseris. Tum ille, uerissimũ (inquit) est, quod dixisti. Talis enim mihi natura est stomachus, facileq́ à quibusuis subuertitur. Ego uero post cibum, studiosius austerum quidpiam esito, tunc, cum ipsum supinũ admodum esse sentio, adeo, ut propè iam nauseet. Ex hac de rhetore narratione, satis intelligere poteris, ijs, qui stomachum habẽt imbecillũ, uentrem deijci, cũ postremis epulis adstringentium quidpiam sumpserint.

De cydonijs & struthiomelis. Cap. XXIII

His pomis eximium quiddam, quod in alijs nõ inuenitur, inest. Nã præter quàm quòd adstrictionem habent copiosiorem, succus etiam eorũ diu durat ac permanet, siquis ipsum cum melle coctũ asseruare uelit. Cum aliorum pomorum succus, si

A reponatur, acescat, propterea quòd multã habet humiditatem. Nos aũt & medicamentũ, quod ex succo struthiomelorũ cõficitur, quodq́ ijs qui deiectam habẽt appetentiã, est accõmodatissimum, cum forte in loco conspicuo non esset positum, tandem post annos septẽ inuenimus, nihil in qualitate immutatũ: crustã enim ore uasculi densam fecerat, cuiusmodi in melle sæpenumero & alijs quibusdã adcrescit: quam seruare incumbentem conueniet, si uelis pharmacũ, aut mel diutissime citra mutationem seruare. Atq́ id mihi obiter sit dictũ: cuius autem gratia, medicamenti, quod longiore tempore mansit incorruptum, memini, denuo id resumam. Permanens est struthiorum malorum succus, quando paratus recte fuerit, quem

B admodum & cydoniorum: uerum hic minus est suauis, & maxime adstringens. Quocirca ad uentriculi admodum exoluti robur uti eo aliquando possumus. In Iberia autem edulium componunt, quod πηλοπλακοῦντα appellant, quod adeo durat, ut patinæ recentes ipso refertæ Romam adferantur. Componitur autem ex melle & carne læuigata, cocta cum melle. Nostrum uero medicamentũ quod ijs qui deiectã habent appetentiã, paratur, non ex melle solo, & malorum succo constat, sed & piperis albi habet quippiam, & zingiberis, & aceti. Non tamẽ iam plura de eo uerba facere conuenit, cum alibi de eo fusissime tractauerimus.

De piris & punicis. Cap. XXIIII

Quę de malis diximus, si ad pira & punica transtuleris, nihil erit quod nos de ipsis nouum dicere

C oporteat. Etenim in his quoq́ alia sunt austera tãtum, uel acerba, alia acida, alia dulcia, alia ex horum mistione cõposita: & alia, quæ nullã penitus huiuscemodi qualitatem habent exuperantem. quò fit, ut cum aquea sint ac hebetia, omnis facultatis roborandi sint expertia. Pirorum igitur usus pomorũ usui omnino est similis. Punica uero cætera quidem sunt similia, in eo tamen discrepant, ꝙ nunq́ farinę subactę massa oblita assentur, neq́ in aqua aut uaporibus elixentur. Succum aũt habent piris & pomis copiosiorem, & præterea gustu suauiorem. Sunt aũt interdum prædictis duobus fructibus utiliora, tum ad alios affectus, tũ ad eum cuius Hippocrates libro secundo de morbis

D popul ariter grassantibus meminit, his uerbis. Mulier cardialgia torquebatur, nec prius malũ est sedatum, ꝙ polenta succo punici aspersa, semel in die uteretur, reliquis cibis abstinens, neq́ amplius uomitu reijciebat, uelut Charioni contigit. Perspicuum certe est, quòd uitioso humore partes ad os uentriculi (quod certe καρδίαν etiam appellat) attinentes imbuente, mulier erat nauseabunda, cardialgiaq́ torquebatur. Nam uerbum καρδιώσσειν nil aliud significat, ꝙ symptoma, quod mordicationi stomachi succedit. Hunc certe humorem polenta quidem exiccauit: succus aũt punici cum ea sumptus, uentriculum roborauit adeo, ut humorem in tunicis ipsis cõtentum expellere potuerit. Punica quidẽ ꝙ minimũ corpori præbent alimentum, ut ipsis nunq́ ceu alimento, sed tantũ ut medicamen

dicamento egeamus: Pira uero, & potissimũ quæ A magna sunt (uocant autem ipsa apud nos fœminino genere, μυάτας) aliquantũ nutriunt. Proinde in tenues orbes ipsa secantes, & postea exiccãtes reponunt, quę elixa, uice ciborum parum nutrientium, hyeme & uere, cum fames est, mandunt. Attici quidem priorem syllabam ῥοιῶν id est punicorum scribunt sine ἰῶτα, Iωnes uero cum ἰῶτα: uerum id nihil ad hominũ uitã adfert cõmodi: quemadmodũ neq; in ὄων, id est, sorbis, quæ Gręci quidem omnes huius nostræ memorię sic nominant: Attici aũt cum υ pronunciare ipsa nõ permittũt. Speculationẽ igitur de nominibus, illis relinquentes, de facultate ipsius fructus disputabimus.

De mespilis, & sorbis. Cap. XXV

Quę de prędictis diximus, eadem de his quoq; B sunt dicenda. Ambo enim astringunt: uerũ mespila multo ualentius, q̃ sorba. Proinde uentri fluenti cibus est utilissimus: sorba tamen in cibo ipsis sunt suauiora. Omnino enim nihil habent acerbũ æque ac mespila, sed ipsorum succus est austerus sine ulla acerbitate. Liquet autem, quòd omnibus huiuscemodi parce est uescendum, nõ autem affluenter, ut uuis ac ficubus. Nullo enim ipsorum ut alimento, sed ut medicamento potius indigemus. Hæc tibi sunt utiliora, q̃ scire priorem syllabam nominis ὄων, à ueteribus Atheniensibus per literam ο tantum scribi & pronunciari.

De fructu palmæ. Cap. XXVI

Fructum palmæ siue glandes appellare uelis, siue palmas, eodẽ cum tota arbore nomine (ut iam C Græcis omnibus mos est) neutro modo aut incõmodaris, aut ipsius facultatis cognitionẽ promoueris. Non pauca aũt in ipsis est differentia: quedã em̃ sunt siccæ & adstringentes, ut Aegyptiæ: aliæ molles & humidæ & dulces, ut quæ καρυωτὰ appellantur. præstantissimæ autem hæ in Syria palęstina nascũtur in Hierichunte: reliquæ omnes palmæ inter dicta duo genera sunt mediæ. Difficiles autem sunt concoctu, capitiq; dolorem inferunt. prout aliæ quidem magis, aliæ minus sunt humidæ ac dulces, siccæ atq; adstringẽtes. Verum constitutis extremis, iam omne quod in medio est, facillime deprehendes. Nulla certe ex ipsis est, quæ non dulcedinem quandam & adstrictionem habeat. Siquidem καρυωτὰ, exiguæ adstrictionis: D Thebaicæ, obscuræ dulcedinis sunt participes. At succum quidẽ dulcẽ, nutrire: austerũ autẽ gratum esse stomacho, et uentrem sistere, ostendimus. Palmæ autem, si largius sumantur, omnes concoctu sunt difficiles, & capiti dolorẽ adferunt: quædam autem, & morsus cuiusdam sensum ori uentriculi inducunt, quod medici stomachũ appellant. Succus autem, qui ab ipsis in corpus distribuitur, crassus quidem omnino est: habet autem & lentoris quidpiam, cum palma ipsa pinguis fuerit, sicuti καρυωτὴ: cum aũt dulcedo tali succo mista fuerit, celerrime quidem hepar ab ipso obstruitur, læditur autem maxime ab ipsarum esu, q̃ aut inflãmetur, aut scirrho obsideatur: post hepar autẽ, & lien obstruitur ac læditur. Multo autem maxime palmæ uirides, si paulo largius sumantur, ad omnia sunt noxiæ. Perspicuũ porrò est, quòd dulces quidem succum habent calidiorem, astringentes autem frigidiorem. Quin & palmæ uirides, quemadmodum & ficus, flatus gignunt: nam palmæ uirides eandem habent ad alias palmas proportionẽ, quam ficus habẽt ad caricas. In regionibus autem non admodum calidis, palmæ non perfecte maturescunt, adeo ut reponi queant. quò fit, ut cum homines cogantur ipsis uiridibus uesci, crudis succis impleantur: rigoribusq;, qui ægre calefiant, & hepatis obstructionibus prehendantur.

De oliuis. Cap. XXVII

Exiguum quidem & ipsę corpori præbent alimentum, & potissimũ drupæ, id est caducæ, quas uulgo ferè cum pane: sine pane aũt mandunt cum garo ante alios cibos uentris subducendi gratia, quas ἁλμάδας & κολυμβάδας id est muriæ innatãtes appellant. Porrò queadmodũ caducæ, pinguedinis habẽt plurimũ: ita hę, succũ astringentẽ. Proinde stomachũ roborant, & appetentiã excitant. Aptæ aũt ad hãc rẽ sunt, quæ cũ aceto reponũtur. quas artis obsonatricis periti uarie præparant, cuius artis nolim medicum omnino esse ignarum. Nã quod suauius est, facilius ijs quæ ex æquo sunt salubria, concoquitur. Verum non est nunc dicendi locus, neq; de obsonatricis speculatiõis peritia, neq; de arte ipsa: alius em̃ locus ipsis est proprius.

De nucibus. Cap. XXVIII

Quidam nuces regias appellant eas, quæ nunc nuces ab omnibus nominantur. Sunt & aliæ quædam, quæ λεπτοκάρυα appellantur, prædictis multo minores, quas nõnulli ποντικὰ, id est, ponticas seu auellanas uocitãt. Multus aũt ambarũ est usus: alimentũ corpori præbent exiguum, copiosius tamen pontica nũcupata, q̃ nux regia, q; ipsius substantia sit coactior ac minus oleosa: regiæ autem laxior est, continetq; in se ipsa plus pinguitudinis. Habet tamen & adstringentis qualitatis non exiguum, quæ tandem procedente tempore marcescit: tota ipsius substantia in succum pinguẽ transmutata, adeo ut cibo prorsus sit inepta, quòd sua pinguedine, oleo ueteri adsimilis apparet. Cæterum quę uiridis adhuc est ac humida, neq; adstringentis qualitatis, neq; oleosæ conspicue est particeps: sed magis quodãmodo est ἀποία, id est, qualitatis expers: quod saporis genus aqueum (ut dixi) uocare consueuimus. Coquitur tamen hæc nux facilius quàm pontica, stomachoq; est gratior, & multo magis quãdo cum caricis manditur. Traditum autem à plerisq; medicis est, hominem à pharmacis lętalibus nihil magnopere læsum iri, si utrasq; has ante alios cibos cum ruta sumpserit. Liquet præterea, quod humida quidẽ apta ad deiectionem est: sicca uero, minus. Pleriq; autẽ uentris subducendi gratia cum garo etiam ipsam præsumunt: in quem usum uiridis est accommodatior, ut quæ adstringentis qualitatis minus sit particeps. Quin & siccarum quoque, si prius (quod nonnulli faciunt) in aqua fuerint maceratæ, facultas uiridibus est adsimilis.

De amygdalis. Cap. XXIX

Amygdalæ nihil prorsus habent facultatis adstringentis. sola enim tenuandi facultas ac detergendi in eis præpollet: qua tum uiscera purgant, tum humores è pulmonibus ac thorace, sputis expectorãt. Quædam autem ipsarum facultatem habent, succos crassos ac lentos incidendi adeo exuperantem, ut mandi præ amarore nequeant. Oleosæ tamen ac pinguis qualitatis, ut nuces, sunt participes: cuius causa & ipsæ procedente tempore fiunt, ut illæ, oleosæ: minor tamen eis inest hæc qualitas, quàm in nucibus. quò fit, ut tardius quàm nuces, oleosæ fieri cernantur. Ex ijs sanè intelligi potest, quòd neque uentri subducendo conferunt, neque corpus multum nutriunt. Quæ uero qualitatem amaram habent prępollentem, eæ ad pus & succos crassos ac lentos ex thorace & pulmonibus expuendos plurimum conferunt. Eorum uero, qui nullam artem ad uitam utilem excoluerunt, sed seipsos appellant Atticos, alij fructum hunc, genere fœminino amygdalas enunciari oportere cõtendunt: alij, neutro amygdala: ne idipsum quidem, de quo tantopere contendunt, intelligentes, utraque nomina apud uiros Atticos scripta esse.

De pistacijs. Cap. XXX

Hæc quidem ad magnam Alexandriam proueniunt, sed multo uberiora in Berrhœa urbe Syrię: parum quidem nutrientia, uerum ad hepar roborandum, & succos in ipsius uijs infarctos purgandos utilia: qualitatem enim habent aromaticam, subamaram, & subadstringentem. Scio autem & alia huiuscemodi pleraque hepati esse utilissima, quemadmodum in opere de simplicibus medicamentis est demonstratum. Porrò non ausim affirmare, ullam ex ipsis stomacho accedere utilitatẽ, aut læsionem insignem: quemadmodum neque, quòd aluum deijciant, aut sistant.

De prunis. Cap. XXXI

Raro inuenias hunc fructum austerum, aut acidum, aut in summa insuauitatem quandam habere, cum maturus exacte fuerit. prius enim quàm pruna eò maturitatis peruenerint, omnia propemodum, aut acorem, aut acerbitatem, alia amarorem repræsentant. Corpori itaque ex hoc fructu minimum alimenti accedit: utilis tamen est ijs, quibus propositum est, uentrem mediocriter humectare ac refrigerare. ipsum enim non aliter quàm prædictorum quædã, subducit cum humiditate sua, tum lentore. Siccatus uero & ipse potest esse usui quemadmodum & ficus. Fama est ea pruna omnium esse præstantissima, quæ in Damasco urbe Syriæ nascuntur: secunda autem post illa esse, quæ in ea regione, quam Iberiam ac Hispaniã nominẽt, proueniunt. uerum hæc quidem nihil adstrictionis præ se ferunt: nonnulla uero Damascenorum, uel plurimũ. Optima aũt inter ipsa sunt, quæ cum mediocri adstrictione magna sunt & laxa: quæ autẽ exigua sunt & dura & acerba, praua sunt, tum si esum spectes, tum si alui deiectionem, quæ maxime sequitur ea, quę ex Iberia adferuntur. Cocta autem in melicrato in quo plusculum sit mellis, aluum admodũ deijciunt, etiamsi quis sola ipsa sumpserit, & multo magis si post ipsa melicratum sorpserit. Perspicuum aũt est, quòd ad aluum deijciendã confert post sumpta ipsa, uinum dulce insuper bibere, temporisque aliquid interponere, non aũt statim post prandere. atque etiam id, omnibus quæ aluum deijciunt, cõmune, memoria est tenendum, queadmodũ & alia, quæ pluribus speciebus sunt communia, ne de ijsdem sæpe audire postules.

De fructu quem serica appellant. Cap. XXXII

Ne hæc quidem ausim affirmare, quicquid ad sanitatis tutelam, aut morborum profligationem pertinere. Mulierum enim atque infantium effrenatorum est edulium: quod exigui est alimenti ac concoctu difficilis: & præter quàm quòd stomachum nõ iuuat, paucum etiam alimenti corpori exhibet.

De ceratijs, id est, siliquis. Cad. XXXIII

Ceratia, quorum tertia syllaba per literam t, & scribitur, & pronunciatur, nihil habent cum cerasiis, per s scriptis, similitudinis. Est aũt praui succi edulium ac lignosum: quam rem necessario sequitur, ut cõcoctu sit difficile: nihil enim quod lignosum est, facile coquitur. Quinetiam incõmodum id ipsis inest haudquaquam exiguum, quòd non celeriter deijciantur. Proinde satius esset à regionibus orientalibus, in quibus nascuntur, ad nos non importari.

De cappare. Cap. XXXIIII

Capparis planta est fruticosa, plurima in Cypro proueniens. Facultas autem ipsi inest tenuium admodum partium: quò fit, ut, quemadmodum & alia omnia, quæ tenuium sunt partium, minimum alimenti in corpus eorum qui ipsa uescuntur, distribuat. Vtimur autem fructu huius plantæ magis, ut medicamento, quàm ut alimẽto: sale etiam cõspersus, ad nos importatur, propterea quòd putrescit, si solus reponatur. Perspicuũ sanè est, quòd capparis adhuc uiridis quidem, priusquam saliatur, plus habet alimenti: ex salitura autem amittit quàm plurimum, omnique alimento, nisi sal eluatur, prorsus quidẽ destituitur: aluũ tamen subducit. Quòd si abluatur, & quoad facultatẽ omnem ex sale deposuerit, maceretur, minimi quidem alimenti fiet edulium: erit tamẽ ceu obsonium ac medicamentum, ad appetentiam quæ collapsa fuerit, excitandam, accommodatum: præterea ad pituitam, quæ in uentre habetur, detergendam ac subducendã, purgandasque lienis & hepatis obstructiones. Vti autem ad eas res oportet ante alios omnes cibos ex oxymelite uel oxelæo. Huius etiam plantæ teneros surculos non aliter quàm terebinthi mandunt, uirides adhuc, ut huius, in aceto simul & muria, aut aceto solo condentes.

De sycomoris. Cap. XXXV

Plantam sycomori uidi in Alexãdria unà cum fructu, paruæ ficui albæ adsimilem. Is fructus nullam habet acrimoniam: exiguæ tamen dulcedinis est particeps, estque facultate, ut mora, humidior quodãmodo, ac frigidior. Quin potius in medio mororum ac ficuum iure quis ipsum collocarit, indeque nomen ipsi arbitror esse positum. ridiculi enim

enim sunt, qui fructum hunc ob id aiunt sycomora fuisse nominatum, quòd fatuis ficubus sit adsimilis. Ipsius autem generatio ab aliis arborum fructibus, quodammodo est diuersa: nõ enim ex surculis ac germinibus, sed ex ipsis ramis ac stipitibus enascitur.

De persio. Cap. XXXVI

Hanc etiam plantam uidi in Alexandria, ex magnisque & ipsa est arboribus. Narrant autẽ fructum huius apud Persas adeo esse noxium, ut qui ipsum comederint, interimat: in Aegyptũ autem translatũ, factũ esse esculentũ, manditurque non aliter quàm pira & mala: quibus etiã magnitudine conuenit.

De citrio. Cap. XXXVII

Id quoque malum Medicum appellant, qui id agunt, ut quæ loquuntur, nemo intelligat: tametsi inter uirtutes orationis perspicuitatem numerãt. Satius autem fuisset: quámnam partes citrii habeant facultatem, & quod nam cõmodum ex ipso hominibus accedat, inuestigasse, quàm anxie huiuscemodi inquirere. Quam ego nunc uestigationem ingrediar, dicamque huius fructus tres esse partes, acidã, quæ in medio ipsius sita est: tum autem fructus ipsius uelut carnem, quæ medium ipsum ambit: & tertiam, quæ est tegumentum extrinsecus circundatum, quod suaueolens est & aromaticum, non odore modo, uerumetiam gustu: iure igitur concoctu est difficile, ut quod durum est ac callosum. Quòd siquis ipso ut medicamento utatur, coctioni nonnihil conferet, quo modo & alia omnia, quæ acrem habent qualitatem. Eadem aũt ratione, si sumptum parce fuerit, stomacho robur inducit. Proinde ipsum comminuentes, succumque exprimentes, solent medicamentis immiscere, quæ per os sumuntur, quæque uentrem deiiciunt, aut totum corpus purgant. Parte autem fructus acida & non uesca, qua semen continetur, cum ad alia quædã utuntur, tum sæpe quò ipsam reddant acriorem, in acetum imbecillum coniiciunt. Pars autem inter duas iam dictas media, quæ sanè corpus etiam nutrit, quæque neque acidam, neque acrem habet qualitatem, propter duritiem concoctu est difficilis: ob eam causam omnes ipsam mandunt cum aceto & garo, ut saporis hebetudinem acuãt. fortasse autem quòd experientia didicerunt, aut à medicis acceperunt, ipsam coqui facilius, si mansa eo modo fuerit.

De fructibus plantarum agrestium, inter quos sunt & quercuum glandes & unedo. Cap. XXXVIII

Omnibus hominibus mos est eas plantas uocare agrestes, quæ sine ulla agricolæ industria in agro proueniũt. Siquidem & uites appellant agrestes, quas nullus uinitor procurat, ipsas ablaqueans, aut circunfodiens, aut pullulãtia germina extirpãs, aut eiusmodi aliquid satagẽs. Ex quo plantarum genere est & fagus, quercus, ilex, cornus, comarus, & aliæ id genus arbores: quemadmodũ & frutices quidã, ut rubus, canirubus, acherdus, pirus, et prunus syluestris, quã προῦμνον apud nos appellant, & qui frutex ἐπιμηλίδας fert. Appellatur autem is fructus in Italia unedo, stomachoque

A nocet, & capiti dolorem adfert, acerbusque est admodum cum exigua quadam dulcedine. Cornis quidem, & canirubi fructu, & glandibus, & μεμαικύλοις (sic autem comari fructus appellatur) rustici passim uescuntur: reliquarũ uero arborum aut fruticum fructibus non admodum utuntur. Cum tamen fames regionem nostram aliquando inuasisset, essetque magnus glandiũ ac acylorum, id est ilicis glandium prouentus, rustici in fossis ipsa cõdentes, hyeme tota & uere primo, pro frumentaceis eduliis, sunt usi. Prius autem glandes huiusce modi, suibus erant pabulum: Tunc uero, cum eos hyeme nutrire, ut ante consueuerant, nõ possent, initio quidem mactãtes, ipsis in cibo sunt usi: post autem apertis fossis, glandibus uesci cœperunt,

B uarie ipsas ad esum comparantes. Interdum enim in aqua elixabant, & in calidis cineribus cęlantes, mediocriter assabant, post autem nonnunquam comminuentes, pultarium ex ipsis conficiebant: aliàs a qua sola conspergentes, sed condimentum aliquod immittentes: aliàs mel affundentes, aut lacti incoquentes. Ab his autem copiosum est nutrimentum, neque quidquã est eorum quæ hactenus hoc secundo libro exposui, ei simile. Quando quidem glandes æque nutriunt, ac frumentaceorum eduliorum pleraque. Atque olim quidem (ut aiunt) homines ex ipsis duntaxat uiuebant: Arcades autem, cum reliqui Græci fructibus cerealibus uterentur, eas diu in cibo retinuerunt. Alimentum autem, quod ex glandibus corpori accedit, tardi

C est transitus, ac crassi succi: quas res consequitur, ut ipsæ concoctu sint difficiles. Cæterum acylos, glande querna ad omnia est deterior: queadmodum hæc, glande castanearum quas uocant. Omnium enim glandiũ hæ sunt præstantissimæ. Sunt qui hos fructus λωτίμους appellent. hi nanque inter fructus agrestes & soli alimentum corpori dant memorabile. Corna enim & pruna syluestria & rubi, & canirubi fructus, brabyla, μεμαίκυλα, zizipha, diosphyra, alycacaba, terebinthi & acherdi fructus, & quæ eiusdem sunt generis, exiguum quidem habent alimentũ, uerum praui succi sunt omnia: præterea nonnulla ex ipsis sunt, quæ & stomachũ lædunt, & cibo sunt iniucũda, ob id suum sunt pabulum, & eorum quidẽ non domesticorũ,

D sed qui uitam in montibus degunt: his enim nutrimentum ab iis fructibus plurimum accedit.

De alimento, quod à plantis ipsis sumitur. Cap. XXXIX

Non modo plantarum semina ac fructus, sed etiam integras ipsas sæpenumero mandimus: sæpe autem, cum interdũ urget necessitas, radices tantum, aut surculos, aut nouella germina. Nostrates certe homines quanquam raparum (quas & buniadas nominant) folia & caulem abiicere sunt soliti, nõnunquam tamen penuria melioris cibarii, ipsa quoque mandunt. Pari modo in radiculis & iis quæ apud nos nomine uernaculo rhapia appellant. Est autem hæc planta (ut sic dicam) agrestis radicula. Ad hæc pyrhetron, sion, equapium, fœniculum, scandicem, cichorion, chondrillam, gingidion, daucon, & plurimarum arborum ac fruti-

cum tenera germina cocta, homines fame adacti, sæpe mandũt: quædam etiam nulla urgente fame, ut qui palmæ uerticem mandunt, quem ipsius cerebrum appellant. Quid iam loquar de teneris spinis? manduntur enim & ipsæ cum aceto & garo, nulla cogẽte fame, estq; cibus hic tolerabilis. Sunt qui oleum etiã ipsis adijciãt, præsertim cum prius in aqua ferbuerint. Vtuntur enim ipsis bifariã, sæpe quidem crudis, interdũ aũt & elixis. Porrò spinosas plantas appello, scolimon, atractylida, eringion, cnicon, atragida, & quam spinam albam nominant, præterea speciem alteram chamæleontis: quorũ nonnulla rustici quidã in acetum muriámue immittentes reponunt; eodem modo quo rapas, cæpas, & quę uocãt ampeloprasa, pyrethron, & alia eiusmodi. Huius autẽ generis sunt & ciboria, & colocasia, & quod abaton nuncupatur: Manifestissimũ aũt est, ꝙ omnia hæc, præter q̃ quòd exiguum corpori dant alimentũ, succum etiã prauum generant. Ad hæc quædã ex ipsis noxam stomacho adferunt: præter (ut dixi) spinas, quæ nunc nuper è terra emerserint. Quæ uero ex ipsis in muriam acetum'ue inijciẽtes, reponunt, & in totum annum sequentem asseruant, ab ipsa præparatiõe uim quandã prouocandæ appetentiæ acquirunt, siquis ipsis moderate utatur: cuiusmodi sunt uiticis turiões, & terebinthi. Hæc itaq; in plantis agrestibus numerant: de quibus id communiter nosse sufficiat, ꝙ omnes praui sunt succi. Quod uero ad domesticas attinet non cõmuniter, sed priuatim cuiusq; facultatem nosse longe præstantissimum fuerit, & earum potissimum, quibus assidue utimur: quæ etiam ob id ipsum à nobis expetuntur, quòd ea longa experientia comprobata sunt, cæteris esse præstantiora. De ijs igitur deinceps uerba faciemus, sumpto ab oleribus initio.

De lactuca. Cap. XL

Multi medici, quemadmodum fructibus autumnalibus, ficus: ita hoc olus alijs omnibus antepo suerũt. succi enim est, q̃ alia omnia, laudabilioris. Quod aũt in eo nõnulli reprehendũt, id maxime est laudandum: quod si reuera ei inesset, nulli, non olerum modo, sed ne optimi quidem ac nutrientissimi succi eduliorum esset secundũ. Sanguinem enim aiunt lactucã generare. Alij uero non simpliciter sanguinẽ dicunt, sed multũ adiungunt, lactucam sanguinem multũ generare affirmãtes. At hi etiam si prædictis prudentius ipsam accusant, magis tamẽ mentiuntur: tametsi idipsum, quod multum sanguinẽ generat, nemo potest in ea iure reprehendere. perspicuum enim est, quòd cibus is succum habet omnium ciborum prę̃stãtissimum, siquidem suapte natura sanguinem quidem plurimum, aliorum autem succorum nullum generet. Quod si dixerint ex lactuca plurimum sanguinis aceruari, in eoq; ipsam accusent, facillimum erit quod obijciunt, corrigere: cum possint, qui lactucis uescuntur, laborem quidem augere, ipsarũ autem esum minuere. Verũ hæc dixisse sufficiat aduersus eos, qui olus hoc non recte uituperant. Scire autem conuenit, cum olera omnia sanguinem

A gignant paucissimũ ac praui succi; lactucam non multum quidem generare, neq; mali succi, non tamen omnino laudabilis. Mandunt autem ipsam, ut plurimum quidem, crudam, cum autem æstatis tempore accingere sese ad semen producendum cœperit, in aqua dulci prę̃coctam sumunt cum oleo, garo, & aceto, aut cũ aliquo intrito ex his potissimum, quæ cum caseo parantur. Pleriq; autem prius q̃ in caulem assurgat, ipsa utuntur, aquæ incoquentes: quod ego nunc, ex quo dentes mihi male habent, cœpi facere. Quidã enim meorũ sodalium, conspicatus olus id iam olim quidẽ mihi esse consuetũ, nunc tamen ipsius cõmansionẽ esse permolestã, autor mihi fuit ut ipsum coquerẽ. Aetate aũt iuuenili, cum mihi superius uẽtriculus bi-

B li assidue infestaretur, lactuca, quò ipsum refrigerarem, utebar: cum uero ad ætatem uigentem perueni, hoc olus fuit mihi aduersus insomniã remedio. tunc enim, cõtra ac in iuuentute, somnum mihi dedita opera conciliabã. graue enim mihi erat, pręter uoluntatem uigilare. quod mihi accidebat, partim ꝙ in iuuentute meapte spõte uigilijs assueueram: partim, ꝙ declinantiũ ætas ad insomniam admodum est propensa. Itaq; lactuca uespere cõmansa, unicũ mihi insomnię erat ἀλεξιφάρμακον. Cæterum θριδακίνην id est lactucam nil aliud uoco q̃ quod nunc homines θρίδακα appellãt. quandoquidẽ apud nos aliud quoddã est olus agreste, quod θριδακίνη nuncupatur, quod in uijs ipsis nascitur, & locis fossarum eminentioribus, & præte-

C rea herbosis aquosisúe (quę Greci λιβάδας appellant) ac plerisq; incultis. Exiguum aũt est id olus, instar lactucę hortensis nunc nuper enatæ, amarorisq; quidpiam prę se fert, & multo adhuc magis dum adolescit. ubi autẽ caulem iam produxerit, saporem amarum habet uel manifestissimũ. Porrò huic lactucæ aliud pręterea olus est simile, quã chondrillam appellant, quæ citius in caulem assurgit, amaritudinemq; habet magis perspicuam, & lentum quendam succum albumq;, cuiusmodi est tithymallorum succus, non tamen acer perinde ut ille: utimurq; interdum ipso ad pilos in palpebris reglutinandos. Hæc igitur olera, quò à hortensibus secernantur, agrestia nuncupãtur: de quibus paulo ante cõmuniter tradidimus. De lactuca au-

D tem hortensi, quam omnes mandere, & θρίδακα nominare consueuerunt, summatim rursum memoriæ causa repetens, dicam ipsam, succum quidem habere frigidum & humidum, nõ tamen praui esse succi. quò fit, ut neq; coctione penitus excidat, quomodo reliqua olera, neq; uentrem sistat, quemadmodum etiam non proritat. quæ ipsi iure accidunt, ut quæ nihil habeat, neq; austeri, neq; acerbi, à quibus in uniuersum uenter sistitur: quemadmodum à salsis & acribus, et omnino ab ijs, quę uim quandam habẽt detergendi, ad excretionem incitatur, quorum etiam nihil lactucæ inest.

De seride. Cap. XLI

Num quos solos Romani intybos appellant, ueteres Athenienses serides duntaxat nominarint, an & alia quædã olera agrestia, nequeo certò affir-

affirmare. Cæterum intybi facultatem habent lactucis adsimilem: suauitate tamen, & alijs, quæ supra de lactucis fuerunt comprehensa, ipsis inferiores sunt.

De malua. Cap. XLII

Quemadmodum θριδακίνη quæ lactuca agrestis, ab hortensi: ita malua agrestis, à satiua est diuersa. Plantæ enim congeneres in eo inter se dissident, quòd agrestis quidem siccitate, satiua uero humiditate superat. Porrò succo maluę lentor quidam inest, quod lactucæ non inest, à refrigerandoq; abest perspicue. id quod etiam anteq̃ edas, intelliges, si utrunq; olus uicissim calido cuipiam affectui, ut erysipelati, cataplasmatis modo adplicueris: quod etiam uulgo faciunt, tenera folia diligenter ad exactum læuorem conterentes. Senties enim in hoc cataplasmate lactucam quidẽ manifeste refrigerare, maluam autem, calorem quendam habere moderatum ac tepidum. Cæterũ hoc olus facile subducitur, non modo propter humiditatem, uerumetiam propter lentorem, & potissimum quando quis cum oleo & garo copiosam ipsam sumpserit. Nutrit autem & ipsa mediocriter. Nam si trium horum olerum succum compararis, betæ quidem, tenuium est partium, tergendiq; facultate est præditus: maluæ autem, crassus magis est & lentus: lactucæ, inter utrunq; est medius.

De beta. Cap. XLIII

Maluam quidem, ut lactucam, diximus nõ modo esse satiuam, sed aliam etiam quandam esse agrestem: nulla autem beta est agrestis, nisi quis lapathon ita nominare uelit. Succus autem betarũ tergendi uim habet manifestam: adeo ut uentrem ad excernendũ excitet, & stomachum interdum mordicet, præsertim quibus natura sensu exactiore est præditus: ob idq; edulium id stomacho est noxium, si largius sumatur: corpori autem ab ipsa ut ab alijs oleribus, paucum alimentum accedit. Verum obstructũ hepar, magis quàm malua aperit, & multo magis, si cum sinapi, aut omnino saltem cum aceto mandatur. Lienosis item eodẽ modo sumpta, utile est medicamentũ. Iure enim quis ipsam ita mansam medicamentum potius quàm alimentum dixerit: uidemusq; homines ferè omnia eiusmodi, obsoniorũ non alimentorũ uice esitare: quemadmodũ etiam interdum porrum mandunt, & pulegium, thymũ, origanum, cæpam, præterea & allium, & nasturtium, & alia id genus.

De brassica. Cap. XLIIII

Hanc quoq; pleriq; ut obsonium mandunt: medici autem ut siccante medicamento utuntur. Dicta autem iam quędam de hac fuerunt in libris de medicamentorum facultatibus, tum etiam libro superiore. Nunc autem summatim dicemus, ipsius quidem succum facultatem habere purgatricem: corpus autem ipsum, communi siccantium ratione sistere magis, q̃ ad deijciendum incitare. Cum igitur, quæ in uentre continẽtur, excernere uoluerimus, è propinquo caccabo, in quo cocta cum aqua fuerit, extractam ipsam protinus in uasa, in quibus oleum cum garo paratũ fuerit, conij-

A cere conueniet: nihil autem retulerit, si salem loco gari sumpseris. Quòd si humentem aluum siccare uoluerimus, priorem aquã, ubi brassica mediocriter cocta uidebitur, effundentes, aliam calidam mox inijciemus: ac deinde rursum brassicam, quoad contabuerit, ei incoquemus: quod nõ facimus cum uentris gratia deijciendi sumitur. uolumus enim hoc casu proprium ipsius succum omnem non deponere, sed quoad fieri maxime licet, retinere. Porrò nihil quod coquitur, propriũ succum seruare omnino potest: quin potius omnem abijciat, si coctum diutius fuerit. Quin & lenticulam diximus eodem quo brassicã modo oportere parare, ut quæ utrunq; possit efficere, uentris subductionem scilicet, & cohibitionẽ. Vocatur autem

B quæ sic parat̃, bis cocta, & lens & brassica. Sed & cæpa & porrũ, & multo magis ampeloprasum & alliũ, et quicquid aliud à ueteri natura ad cõtrariã uelis traducere, sic parabis, huius ante omnia memor, nihil quod bis coquitur, oportere, neq; aerẽ, neq; aquam frigidam contingere: non enim poterit amplius, etiam si diutissime coxeris, planè tabescere, sed oportet, ut paulo ante diximus, aquã calidam habere paratam, ut cum ex priore extraxeris, in illam protinus conijcias. Lens itaq; & brassica æquali inter se mensura siccant, ob idq; uisum hebetant, nisi forte totus oculus humidior fuerit quàm naturalis habitus postulet. At lens quidem non exiguum corpori dat alimẽtum, idq; crassum ac melancholicum: brassica uero paucum habet

C alimentũ, idq; quàm lens humidius, ut quæ edulium est non firmum, sed laxum: succum tamen habet non probum ut lactuca, sed prauum & graueolentem. Quòd uero ad urinas attinet, nihil ipsas (quod sciam) insigniter neq; prouocant, neq; morantur. Qui perditissimam ac falsam doctrinã consectantur, olus hoc ῥάφανον contendũt appellari: perinde ac si iam cum ijs Atheniẽsibus, qui ante sexcentos annos fuerunt, nobis esset sermo, non cum Græcis qui nunc sunt, quibus omnibus mos est, in alia planta, rhaphani nomine uti.

De attriplice & blito. Cap. XLV

Hæc sunt alijs oleribus aquosiora, &, ut sic dicã, ἄποια, id est, qualitatis expertia, magis quàm cucurbita, aut saltem non minus, cum cocta uidelicet fuerint. Sola enim inter eiusmodi olera, lactu-

D ca utroq; modo manditur. Quòd siquis atriplicis & bliti qualitatem gustu assecutus, brassicæ deinde recordetur, fatebitur lactucam esse in medio horum olerum & brassicæ, quando hæc quidem siccat admodum: illa autem omnino sunt aquea. quò fit, ut non ex solo oleo & garo ipsa mandant, sed acetum etiam inijciant: alioquin enim stomacho sunt noxia. Dictum autem nobis fuit, quòd olera huiuscemodi ad facilem deiectionem quodammodo sunt propensa, & potissimum, si cum humiditate lubricum quiddam habeant: propensionem tamen, ac momentum pessum habẽt non forte, sed exiguum, propterea quòd nulla qualitas ipsis inest acris aut nitrosa, quæ uentrem ad excernendum excitet. Manifestum porrò est, quòd alimen

alimentum à seipsis corpori præbent exiguum. A

De portulaca. Cap. XLVI

Quidam portulaca utuntur ut cibo: nutrimentum autem habet exile, idq; humidum & frigidum & lentum: ut medicamentum autem, stuporem dentium sanat suo lentore morsus experte. de qua fusius in opere de medicamentis paratu facilibus tradimus.

De lapatho. Cap. XLVII

Licet cuiuis, ut ante diximus, lapathum, appellare betam agrestem, ut quod nō gustu modo, sed uiribus etiam betæ hortensi est adsimile: uerum cum beta lapatho sit suauior, idcirco nemo est, qui nō ipsa libentius uescatur. Proinde nihil est quod ego plura de lapatho commemorem, cum omnia, quę opus erant, in beta exposuerim.

De oxylapatho. Cap. XLVIII

Vel nomen ipsum, plantæ huius qualitatem ac uires indicat: est enim lapathum acidum. Quòd autem ad lapathum attinet, nemo est qui crudum ipsum mandat: quemadmodum neq; betam: oxylapathum tamen mulieres rusticæ pica laborantes interdum & pueri quidam gulosi crudum manducāt. Perspicuum autem est, quòd olus hoc ex eorum est genere, quæ non nutriunt multo magis quàm lapathum.

De solano. Cap. XLIX

Inter ea olera quibus uescimur, nullum noui, quod tantam habeat adstrictionem, quantam solanum. Merito igitur raro quidem ipso utimur ut alimento, ut medicamento autem assidue. efficax enim est in ijs, in quibus adstrictionis refrigerantis usus incidit: minimi autem est alimenti.

De plantis spinosis. Cap. L

Plerię rusticorum plantis huiuscemodi è terra nunc nuper emersis, prius quàm ipsarum folia in spinas desinant, uescuntur, non crudis modo, sed in aqua etiam elixis: crudas quidem aceto & garo intingentes: coctis uero præter hæc oleum adfundentes. Quòd aūt olera omnia nutrimentum habeant paucissimum, & ipsum quidem tenue & aquosum, dictum supra nobis fuit: spinosa uero stomachū mediocriter iuuant. Inter has plantas sunt scolimos, atractylis, & quam spinam albam appellant, dipsacus, cnicus, tragacantha, atragis, & quā pluris quàm conueniat, æstimant, cinara.

De cinara. Cap. LI

Omnes qui uulgarem consuetudinem fugitāt, plantam hanc κιώαρον appellant, non per κ & ι, sed per κ & υ primam syllabam pronunciantes. Praui autem succi est eduliū, & maxime cum plusculum iam obduruerit. Etenim tūc succum biliosum in seipsa continet copiosiorem, totamq; substantiam habet duriorem: adeo ut ex ea quidem succus melancholicus: ex ipso autem succo, qui in ea est, tenuis ac biliosissimus gignatur. Satius igitur fuerit, ipsam elixam mandere, sic ut siquis cum oleo, garo, & uino ipsam sumat, coriādrum inijciat: sin uero in patina paret, aut frigat in sartagine, hæc semoueat. Multi enim eo modo ipsarum uelut capita, quæ spondylos nominant, mandunt.

De apio, equapio, sio, & smyrnio. Cap. LII

Hæc omnia urinas cient, inter quæ apium est usitatissimū & suaue, & stomacho gratum: equapium autem, & sion, insuauiora: smyrnium uero non est inusitatum, siquidem Romæ maxima copia uenditur, acriusq; multo est, quàm apium & calidius: præterea aromaticon etiam habet quidpiā. Proinde urinas prouocat ualentius, quàm apiū, equapium, & sion, mensesq; mulieribus mouet. Vere autem caulem producit, qui crudus uescus est nō aliter quàm folia, quæ hyeme sola plantæ inerant caulem nondum habenti, ut neq; tum apium habet. Postea uero accedente caule, tota planta iucundior redditur, siue quis crudam ipsam, siue elixam mādat, siue cum oleo & garo, siue uinum uelit adijcere, siue acetum. Sunt qui cum aceto solo B & garo mandant, quo modo & apium: alij autem olei nonnihil ijs adijciunt. Cæterum equapium & sion cocta manducant: utrunq; enim ipsorum crudum, est insuaue. Sunt qui apium & smyrnium, folijs lactucæ mista, manducent: nam cum lactuca olus sit insipidum, succumq; præterea habeat frigidum, non modo suauior, sed utilior etiam redditur, si acrium olerum quoddam adsumpserit: ob eam certe causam nonnulli erucæ ac porri folia, alij ocimi ipsis admiscent. Romæ autē uulgo iam omnes homines olus id non smyrnium, sed olus atrum nomināt: quod forte aliquis omnino ne inter alimenta quidem numerare dignabitur, quemadmodum neq; sion, neq; equapiū: sed omnia huiuscemodi statuet ciborum esse obsonia, quemad C modum & cæpas, & allia, & porra, & ampeloprasa, & (ut in summa dicam) omnia acria. Huius autem generis est ruta, hyssopus, origanum, fœniculus, coriandrum, de quibus in cōmentarijs de obsonijs, disputatur: qui medicis quidē & cocis quodammodo sunt cōmunes: finis tamen utrorumq; ac scopus, est peculiaris. Quandoquidem nos utilitatem, quæ ex cibis prouenit, spectamus, non uoluptatem. Quibusdam tamen cibi insuauitas, magna ex parte causa est, quò minus ipsum conficiant. Ob eam igitur causam satius fuerit, cibos mediocriter cōdire. Coquorum autem suauitas, condimentis ut plurimum uti consueuit adeo prauis, ut ipsa coctioni plus noceant, quàm commodent.

D

De eruca. Cap. LIII

Hoc olus manifestissime calfacit, proinde solū ipsum mandere, nisi lactucæ folijs misceatur, non est facile. Semen autem generare creditur, & coeundi appetitum excitare. Capiti etiam dolorem infert, præsertim siquis ipso solo uescatur.

De acalyphe, id est urtica, quam & cnidem nominant. Cap. LIIII

Herbarum agrestium una etiam hæc est, tenuiumq; partium uim habet, unde nemo ipsa ut alimento iure utitur, nisi fame maxima prematur: utilis autem est, ut obsonium ac medicamentū, quod aluum deijcit.

De gingidio & scandice. Cap. LV

Gingidij maximus est in Syria prouentus: manditurq; non aliter quàm scandix apud nos, stomachumq;

chumq; admodũ iuuat, siue crudum, siue elixum ipsum mandere uelis: elixationem autem diuturniorem non tolerat. Sunt qui ipsum mãdant cum oleo & garo, alij autẽ uinum etiam uel acetũ inijciunt, multoq; magis ita stomachum iuuat: collapsamq; appetentiã, si cum aceto sumatur, excitat. Perspicuum porrò est, quòd hæc herba medicamentum potius est, quàm alimentum. Habet enim perspicue adstrictionem, & amarorẽ non mediocrem.

De ocimo. Cap. LVI.

Pleriq; hoc quoq; utũtur ut obsonio, cum oleo & garo ipsum mandentes: uitiosi autem est succi: quæ res impulit quosdam, ut falsa de eo prodiderint, affirmantes ipsum celerrime paucis diebus scorpiones generare, si tritum in ollam inanem immitteretur, & potissimum, si quis quotidie ollam ad solem calefecerit: uerum id quidem falsum est, uere autem ipsum dixeris olus stomacho esse noxium, prauiq; succi, & concoctu difficile. B

De fœniculo. Cap. LVII.

Quemadmodum anethum, ita fœniculus interdum sua sponte nascitur: serunt tamen & ipsum in hortis: utunturq; assidue anetho quidem, in condimẽtis: fœniculo autem, etiam ut obsonio. Nam apud nos reponunt ipsum, eodem modo quo pyrethrũ & terebinthum cõponentes, adeo ut in totum annũ sit utilis: quẽadmodũ cæpas cõponunt, & rapas, & alia id genus: quorũ alia quidẽ cũ aceto solo, alia cum aceto & muria simul cõponunt.

De asparagis. Cap. LVIII.

Vtrũ syllaba secunda nominis asparagi per ph, sit pronuncianda, an per p (ut omnes nunc proferunt) disquirere nunc, non est propositum. Hæc enim scribimus ijs, quibus sanitatem tueri est propositum, non sermonis Attici affectatoribus, qui sane in eo uidentur, neq; Platonis scripta, neq; ipsius mentem intelligere. Cum igitur Græci propemodum omnes, teneros caules, quo tempore ad fructus ac seminis productionem augescunt, asparagos per p, appellent, ipsorum facultatem exponemus, ijs, qui ipsis utuntur, quo lubet nomine appellare permittentes. Multa sanè olera, & in summa plantæ multæ, suapte natura huiuscemodi germina producunt quidem, non omnia tamen manduntur: ob eam causam (ut in alijs antea fecimus) de usitatioribus uerba faciemus. Brassicæ igit̃ germen (quod nonnulli κῦμα etiam nominant, arbitror per cõtractionẽ nominis trisyllabi κυήματος) minus quàm brassica ipsa siccat: tametsi aliorum olerum caulis temperatura est ut plurimũ, quàm folia, sicciore, potissimum cum iam prope est ut semẽ profundant. Dico autem alia olera esse hæc, lactucã, atriplicem, blitum, betam, maluam. Contra uero accidit, ut radiculæ asparagus, & rapæ, sinapi, cardami, pyrethri, & omniũ propemodum acrium & calidorum sit humidior. Bulbus autem & apium, sion, eruca, ocimum, oxylapathum, lapathum, & omnes oleracei generis herbæ ante quàm semen effundant, eiusmodi caulẽ quendam producunt, qui post semen effusum siccatur, fitq; ad cibum hominibus inutilis. Hæc autem omnia

A aquæ incocta mandunt cum oleo & garo, pauco aceto adiecto: ita enim iucundiora sunt, stomachumq; magis iuuant: alimentum tamen paucum dant corpori, & id non boni succi.

De alio genere asparagorum. Cap. LIX.

Aliud autem asparagorum est genus, quod in plantis fruticosis prouenit, oxymyrsine, chamædaphne, & oxyacantha. Ab ijs preterea alij sunt diuersi, quorum alius regius, alius ἕλειος, id est palustris nominatur: quemadmodum & alius est bryoniæ ab ijs diuersus. Omnes autem stomachum iuuant, urinasq; cient, & parum nutriunt. Si tamẽ ij belle conficiantur, tanto firmius alunt, quàm olerum asparagi, quo ipsi sunt sicciores. Porrò arborum ac fruticum germina inter se quodammodo sunt similia, non tamen omnino eadem: arborum enim germina sunt lignosiora. Proinde de ipsis quoq; seorsum nobis deinceps est dicendum.

De germinibus. Cap. LX.

Arborum ac fruticum germina, olerum asparagis proportione respõdent. Sunt enim hæc quoq; productiones quædam, cum planta ipsa fructum parat producere. In eo tamẽ differunt, quòd arborum quidem stipes (qui cauli oleaceorũ & herbaceorum proportione respondet) perpetuo manet: in illis autem caulis est annuus. Omnia igitur arborum ac fruticũ germina, aquæ incocta mandi possunt, præter insuauia quædam ac medicamentosa: cum tamen uulgo alijs cibis præstantioribus adfluunt, illis abstinent: uescuntur tamen, urgente fame. Nam nutriunt & ipsa aliquantum, si confecta probe fuerint. Omniũ autem præstantissima sunt, terebinthi, & uiticis, uitis, lentisci, rubi, & canirubi germina. Nostrates autẽ terebinthi germina in aceto, uel muria et aceto simul, cõdentes reponũt. C

De discrimine quod partibus plantarum esculentarum inest. Cap. LXI.

Optarem uera esse, quæ Mnesitheus in opere de alimentis conscripsit. Vniuersalia enim præcepta, si uera sunt, multa paucis uerbis docẽt: quemadmodum, si falsa sunt, multum sunt perniciosa. Quæ igitur Mnesitheus de partibus plantarum in uniuersum præcipit, hæc sunt. Primum igitur radices omnes concoctu sunt difficiles, turbamq; inferunt: uerbi gratia, radiculę, allij, cępæ, rapi, & reliquorum eiusdem generis. Quorum enim radix, D seu quod intra terram prouenit, est esculentum, omnia hæc, inter ea, quæ concoctu sunt difficilia, numerantur. Nam cum radices, sursum omnibus plantarum partibus mittant alimentum, accidit ut humorem multum in seipsis colligant, eumq; crudum habeant plurimũ: neq; enim fieri potest ut ipse totus sit concoctus, quando quod coctum est, id perfectum esse uidetur. Atqui humor qui radicibus inest, alibi in partes plantæ distributus, coctionem perfectam acquirat necesse est: partes enim omnes à radicibus alimentũ recipiũt, necesse igitur est, ibidẽ humores crudos aceruari: quo loco coctionẽ absolutam quæ fit in partibus supernis, expectant. Non abs re igitur in radicibus plurimum humoris crudi continetur. Merito sanè &

corporibus nostris alimentum ab ijs relinquitur humidum ac turbationis plenum. Hæc tibi Mnesithei est sententia, quæ uerbis quidem uidet̃ probabilis, experientia autem falsa esse conuincitur. Siquidem radiculæ radicem habent caule ipso ac folijs multo acriorem, similiter & cæpa, ampeloprasum, porrum, & allium. Quòd si betæ quoq;, & maluæ, & rapæ radicem comparare ad folia uolueris, plus uirium in ea inuenies: quemadmodũ & in altheæ, quæ agrestis quædam malua esse uidetur. Nam radix ipsius ut & betæ, cum tumores multos pituitosos discutiat, facultatem suam indicat: id quod ipsorũ folia nequeunt efficere. Quin & plantarum medicamentosarũ, quibus radices prædictis sunt similes, folia sunt imbecilliora, ut cyclamini, scyllæ, ari, dracontij, ac complurium aliorũ. Vt enim in alijs plantis substantiæ pars maxima, in caule est ac stipite: ita in ijs, in radice. quã radicem ipsarum natura auget maxime, ac nutrit: & quod in ea probe confectum non fuerit, in folia & caulem excernit. Hæc igitur etiã hyeme radicẽ habent magnã: uere autẽ, cum semen parant producere, caulem proferunt. Videtur autem natura in animalibus quoq; interdum totius substantiæ animalis excremento (quemadmodũ & Aristoteles prodidit) ad partiũ quarundam non necessariarũ procreationem abuti, ut in ceruis quidem ad cornua: in alijs aũt animalibus ad pilos ac spinas multas & magnas ꝓducẽdas. Tutius itaq; est, gustantem prius atq; olfacientẽ, singulas plantarum partes ipsas per se explorare: post aũt mandentem experiri. Quandoquidem olfactus ac gustus, cuiusmodi saporem ac odorẽ pars plantæ habeat, edocentes, cum ijs etiã temperamentũ omne statim ostendunt. Experientia autem, si modo quis ipsam cum proprijs limitationibus fecerit, facultas ipsa plane inuenitur. Interdum etiam cum ijs, ipsius plantæ consistentia cum succo, qui ipsi inest, indicat. Quædam enim succum habent humidum quendam & aqueum, alię crassum uel lentum, quos etiam succos priuatim rursum gustare conueniet. Quidam enim ex ipsis sunt acres, aut acidi, aut amari, alij salsi; quemadmodum & quidam ipsorũ sunt austeri, alij acerbi, alij aquei aut dulces. Non est igit̃ audiendus Mnesitheus, tanq̃ uerũ in uniuersum dicat, sed potius singulæ plantarũ partes, ipsæ per se experientia examinandæ.

De rapis. Cap. LXII.

Huius plantæ (quam γογγυλίδα aut βουνιάδα apelles licet) oleraceum quidem est, quod terra extat: radix autem quę terra continetur, dura quidem est, nisi coquatur, & non esculenta: aquæ autem incocta, nulla plantarum cõgenerum minus nutrit. Hanc quoq; uarie uulgo adparãt, adeo ut in muria uel aceto condentes, in totum annũ ipsa utantur. Succum autem in corpus distribuit mediocri crassiorẽ: proinde siquis ipsa liberalius uescatur, succum crudum, quem uocant, aceruabit, potissimũ si ipsam minus iusto in uentriculo confecerit. Quod uero ad uentrẽ attinet, nemo ipsam neq; deijcere, neq; sistere dixerit, præsertim cum

A cocta belle fuerit. Coctionẽ enim diuturniorẽ postulat: eaq; est laudatissima, quæ cocta bis fuerit, quemadmodum prius de eiusmodi pręparatione docuimus. Quòd si sumpta crudior fuerit, concoctu est difficilior ac flatulẽta, stomachoq; noxia. Nonnunquam autem & uentrem mordicat.

De aro. Cap. LXIII.

Manditur & huius plantæ radix eodem modo, quo rapi. In quibusdam autem regionibus acrior quodammodo prouenit, ut prope ad dracontij radicem accedat: & dum ipsam coquis, priore aqua effusa, in aliam calidam cõuenit conijcere: quemadmodum in brassica ac lente diximus. Ad Cyrenem autẽ planta hæc à nostrate est diuersa. Nam in illis locis arum minime est medicamẽtosum &
B acre, ut rapis etiam sit utilius: idcirco hanc quoq; radicẽ in Italiam aduehunt, ut quæ longiori tempore imputris & sine germine possit perdurare. Perspicuum autem est, q̃ talis in cibo quidem est præstantior: siquis tamen humores crassos uel lentos in thorace & pulmonibus collectos, tussi uelit eijcere, acrior ac medicamẽtosa magis, est præferenda. Manditur autem per aquam cocta, cum sinapi aut cum aceto, addito oleo & garo, atq; etiam cum intritis, quæ Græci ὑποτρίμματα nominant, tum alijs, tum his, quæ ex caseo parant̃. Non obscurum etiam est, q̃ succus, qui ex ipsa in hepar & totũ corpus distribuitur, ex quo animalia aluntur, crassior quodammodo est, quemadmodũ de rapis diximus: potissimum cum radices ipsæ, qua-
C litatis medicamentosæ fuerint expertes: cuiusmodi sunt quę Cyrenis adferuntur. Quandoquidẽ apud nos in Asia arum magna ex parte est acrius, facultatemq; habet iam medicamentosam.

De dracontio. Cap. LXIIII.

Huius quoq; radicẽ bis terue elixantes, quoad medicamẽtosum omne deposuerit, nonnunq̃ exhibemus mandendã, quemadmodũ & ari, quando humores crassi & lenti, qui in thorace ac pulmonibus habentur, ui maiore indigent. Cõmune autem id in omnibus cibarijs memoria est tenendum, quòd acria quidem & amara, si edantur, corpus parcius nutriunt: insipida autem & ijs adhuc magis dulcia, multum: & multo magis, si compactam habeant substantiã, ut neq; humida sint con-
D sistentia, neq; crassa, neq; laxa. Hæc certe si perpetuo memoria tenueris, & præterea attẽderis, num singula quæ explorant̃, dum elixantur, aut assantur, aut in sartagine parantur, suæ qualitatis uehementiam deponant, nihil erit q̃ à me de omnibus speciatim audire desideres. sed (quod in alijs feci) ea potissimũ exponam, quibus assidue uescimur.

De asphodelo. Cap. LXV.

Radix asphodeli & magnitudine & figura & amarore scillæ radici quodammodo est similis: si tamen, ut lupini, paretur, maximam partem sui amaroris deponit: in eoq; à scilla discrepat. Nam scillæ qualitas difficillime eluit̃. Hesiodus certe asphodelũ laudat, cũ sic ait, Nec quanta in malua atq; albuco sint bona norunt. Equidẽ noui quosdã rusticos, qui grassante fame, uix tandẽ cõpluribus elixationi-

xationibus macerationibusq; in aqua dulci, esculentā ipsam reddiderint. Porrò hæc quoq; radix, quemadmodū & dracōtij, facultatē habet tenuandi atq; aperiendi. Proinde quidā pro summo remedio ipsius asparagū ictero laborantibus exhibēt.

De bulbis. *Cap.* LXVI.

Bulbi quoq; eiusdem cum prædictis sunt generis. Manditur enim ipsorum radix sine folijs: uere autem, interdum & asparagus: facultatem autem habet in se amaram & austeram, eamq; insignem. unde etiam stomachum exolutū, ad appetendum quodammodo excitat: & quanquā corporis substantiam habeat crassiorem ac lentam magis, non tamē aduersatur ne ijs quidem, qui ex thorace ac pulmonibus aliquid conantur expuere: sed cum amaritudo ipsa, suapte natura, crassa ac lenta incidat, crassitiei aduersatur, quemadmodum in commentarijs de medicamentis docuimus. Quapropter si elixi bis fuerint, magis quidem nutrient: uerum cum amarorē omnē iam deposuerint, aduersabuntur ijs quæ sputo sunt eijcienda. Melius autem tūc fuerit ipsos ex aceto, oleo, & garo mistis, mandere: suauiores enim sic quidem fiunt, & magis nutrientes, flatusq; magis expertes, ac concoctu faciliores. Quidam autem ex ipsorum esu liberaliore, semen sibi inauctum, seq; ad uenerem alacriores redditos, manifeste senserūt. Varie autem ipsos uulgo adparant: nam non modo in aqua elixos, ut dixi, mandunt, uerum etiam patinas ex ipsis uarie condiunt. Sunt qui & frixos, alij assos super prunas mandunt: uerū hi quidem diuturnam elixationem non substinēt, sed exigua admodum sunt cōtenti. Quidam autem austeritate ipsorum atq; amarore seruatis delectati, omnino non elixant. incitant enim ipsos magis ad cibū capessendum: iuuabuntur tamen amplius, si duos aut tres dies ipsis, ut appetētiam excitantibus, usi fuerint. Quòd si ijs ita paratis largius utantur, & potissimum, si (ut solent) crudiores sumant, in cruditatē rursus incident. Sunt qui flatus etiam & tormina, nisi belle fuerint concocti, inferant. Cæterum alimentū, quod ex ijs ita mansis fit, non boni est succi: ex ijs autem qui plurimum, aut, ut diximus, bis elixi fuerint, succus gignitur crassior quidem, uerum præstantior alioqui, & qui ualentius nutriat.

De pastinaca, dauco, & caro. *Cap.* LXVII.

Horum quoq; radices manduntur, minus tamē quàm rapæ, & arum Cyrenaicum nutriunt. Calfaciunt autem insigniter, & aromaticon quiddam ostentant: cæterum, quo modo & alijs radicibus, concoquendi difficultas ipsis inest. Vrinā autem ciēt: & si quis ipsis copiosius utatur, uitiosum succum, mediocriter gignent. Cari tamen radix melioris est succi, quàm pastinacæ. Quidam autē pastinacam agrestem, uocant daucum: qui urinā quidem mouet potentius, medicamētosior tamē iam est, multumq;, si quis eo uesci uelit, est elixandus.

De tuberibus. *Cap.* LXVIII.

Hæc quoq; radicibus, aut bulbis sunt adnumeranda: ut quę nullam qualitatem habeant insignē. Proinde qui ipsis utuntur, utuntur ad condimen-

A ta excipienda: quemadmodū & alijs, quæ uocant insipida, & innoxia, & ad gustum aquosa. Quibus omnibus est cōmune, ut alimentū, quod ab ipsis in corpus distribuitur, nullam insignē habeat facultatē, sed subfrigidum quidem sit, crassitie uero quale idipsum est, quod sumptum fuerit. crassius quidem est, quod ex tuberibus: humidius autē ac tenuius, q̃d ex cucurbita: atq; in alijs proportione.

De fungis. *Cap.* LXIX.

Ex fungis boleti, si belle in aqua elixi fuerint, prope accedunt ad cibos insipidos: non tamen sic solis ipsis uulgo utuntur, sed adparāt uarie, & condiunt, ut alia omnia, quæ nulla insigni qualitate sunt prædita. Alimentū autem ex ipsis est pituitosum, & frigidum uidelicet, prauiq; est succi, siquis B ipsis largius utatur: omniū igitur fungorū ij minimum sunt noxij: secundi autē post hos sunt amanitæ. Reliquos uero tutius est omnino ne attingere quidem: multi enim ex ipsorū esu interierūt. Equidem noui quendam, cui post boletorum non satis elixorū (qui innocentissimi esse putant) usum largiorē, os uentriculi pressum ac grauatū coarctatumq; fuit, difficilemq; habuit respirationē, & in animi deliquiū incidit, sudoremq; frigidum sudauit, ac demū seruari ægre sumptis ijs quæ humores crassos incidunt, potuit: cuius generis est oxymeli ipsum per se, & cum hyssopo & origano ipsi mediocriter incoctis. Is enim tū hæc sumpsit, tum nitri spumā ipsis inspersam: post quę fungos quos comederat, uomuit, qui iam quodāmodo in succū C pituitosū frigidūq; admodū ac crassū erāt mutati.

De radicula. *Cap.* LXX.

Vrbani quidē homines solā ipsam crudam ut plurimū, ante alios sane cibos cum garo alui deijciendæ gratia mandunt: quidam autē aceti quidpiam admiscent: Rustici uero cum pane sæpenumero uescunt, ut alijs obsonijs, quæ sua spōte proueniunt: in quibus est & origanū uiride, & nasturtium, thymus, satureia, pulegium, serpyllum, menta, calaminthe, pyrethrum, & eruca. Omnia enim hæc uiridia, obsonia sunt esculenta, manduntúrq; cum alimentis, suntq; ex genere plantarū herbacearū. Radiculæ autē caulē etiā ac folia mandunt, sed coacti potius, q̃ uoluntarij. Radix tamē ex ijs est, quibus assidue uescimur, estq; obsoniū magis D quàm alimentū: nimirū quæ & ipsa cum manifesta calfactione attenuandi habet facultatē. Nam qualitas acris in ipsa superat. Vere autem caulem quendam, qui in altum assurgit, gignere cōsueuit, quemadmodū & alia omnia, quæ caulē sunt productura: quē caulem elixantes mandūt cum oleo & garo & aceto, ut rapæ caulē, ac sinapi, & lactucæ. nutritq; magis caulis iste, q̃ cruda radicula, ut qui in aqua acrimoniam omnē deponat, paucissimum tamen & ipse habet alimentū. Quidam autē non caulē modo, sed & radiculas ipsas elixantes mandunt non aliter ac rapas. mirari autē subit eos medicos, atq; idiotas, qui post cœnā, coctionis iuuandæ gratia, crudas ipsas esitant: ipsi quidē hanc rem experientia satis sibi exploratā esse affirmāt, qui tamen ipsos sunt imitati, omnes læsi fuerunt.

De cæpis, allijs, porris, & ampeloprasis Cap. LXXI.

A Harum quoq; plantarum radices quidem uulgo frequentissime esitant, caulem autem raro, & folia, quæ & ipsa pro portione radicum acrem admodum habent facultatem. Corpus calfaciunt, & qui in ipso sunt, humores crassos tenuant, lentosq; incidunt. Si tamen bis terue elixi fuerint, acrimoniam quidem deponunt, tenuant tamē adhuc, & alimentum corpori dant paucissimum, quod certe prius quàm elixa essent, omnino non dabāt. Cæterum allium quidem mandunt, non ut obsoniū, sed ut salubre medicamentum, quod digerendi, et obstructiones aperiendi habet facultatem. Quod si elixum parum fuerit, adeo ut acrimoniam deposuerit, uires quidem habet imbecilliores, succi autem prauitatē non amplius retinet. Quemadmodum nec porra quidē, nec cæpæ, cum elixa bis fuerint. Ampeloprasa uero tantum à porris dissidēt, quantum, in alijs omnibus congeneribus, agrestia à domesticis differunt. Quidam autē in totum annum sequentem, ut cæpas aceto condientes, sic & ampeloprasa reponunt, fiuntq; in cibo præstantiora, ac minus habent uitiosi succi. Abstinendum tamen ab assiduo usu omnium acrium, & potissimum cum is qui ipsis uescitur, natura fuerit biliosus. Solis enim qui uel succum pituitosum, uel crudum & crassum ac lentum aceruarint, cibi eiusmodi sunt accommodati.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI III. GALENI
De facultatibus alimentorum.

B Procœmium, de argumento huius libri, qui totus est de nutrimēto ex animalibus, eorumq; partibus, & quæ ab ijs sumuntur, ut lac & mel. Excipe caput antepenultimum, quod de uino est. Cap. 1. De pedestrium animalium natura. De carne suilla, bubula. Canon generalis de ætate animalium. De uitulina, hœdina, caprina, humana, porcellina, agnina, ouilla & caprina rursus, hircina, arietina, & taurina, in tribus postremis castratorū caro præstat. De leporina, ceruina, onagri, asinina, equina, camelina, ursina, leonina, pardina, canina, pantherina, uulpina, cuniculorum: & duorum sine nomine apud Lucanos animalium. Canones multi generales. 2. De limacibus. 3. De extremis partibus pedestrium animalium, porcorū præcipue, ut sunt pedes, rostra, & aures. 4. De lingua pedestrium animalium. 5. De glandulis, mammis, thymo, & renibus, de quibus etiam infra capite 11. in fine. 6. De testiculis. 7. De cerebro. 8. De medulla in ossibus.
C 9. De medulla spinæ dorsi. 10. De adipe & seuo. 11. De uisceribus pedestrium, scilicet iecore, liene, pulmone, corde, & renibus, de quibus etiam supra in fine capitis 5. 12. De uentriculo, uulua, & intestinis quadrupedum. 13. De differentia mansuetorum & agrestium animalium. 14. De lacte. Lac cum lapillis feruentibus aut ferro ignitó decoctum. Butyrum pingue & oleosum. Lac asininum. Serum. Vsus & noxa lactis. De ijs quæ cum lacte coquuntur. Variæ lactis facultates. Ne dentibus & gingiuis noceat lac. 15. De oxygalacte, id est, acido lacte. Et primum q; hoc sanos dentes non lædat, frigidiores uero stupore afficiat. Digressio, Quòd pleraq; alimenta non liceat simpliciter asserere an prosint uel obsint, an facile uel difficile coquantur, &c. sed distinctione utendum esse, cum alij aliter ab ijsdem afficiantur. Oxygala constare ex contrarijs substantijs & facultatibus: ideoq; cum non concoquitur
D alios acidum alios nidorosum inde ructare. Oxygala et caseus & similia crassi succi alimenta, multum crudum succum gignunt, qui in renibus (præsertim si calidiores illi fuerint, & meatus habuerint angustiores) facile in calculum uertitur. Diuersas sæpe diuersarū corporum partium intemperies esse. De singulis alimētis quomodo & per quos locos tractandum. Lac quot modis findatur, & de colostro. Multum differre lactis effectus, cum iam fissum sumitur, melle & ignea coaguli facultate participās, & uel cum copiosiore sero, uel minore, uel æquali, uel nullo ingeritur. Rursus de colostro. 16. De caseo. Noxæ casei. Oxygalactinum & bathyn Romæ dictum laudat. Caseorum differentiæ. Quinam sint præstantiores. 17. De sanguine pedestrium animalium. 18 De alimento ex uolucribus, ex quibus nominantur hæ: Perdix, attagen, columbæ, galli, gallinæ, turdi, merulæ: passeres, ex quibus & turriculæ sunt, turtur, palumbus, anas, phasianus, pauo. 19. Anseres, struthocameli, grues, otides. 20. De differentia per singulas partes uolucrium, ut sunt: intestina, uentriculi, iecur anserum, alæ, pedes, cristæ, palearia, testes, cerebrum, lingua, rostrum. 21. De ouis elixis, assis in cinere, in sartagine frixis, & suffocatis. 22. De sanguine uolucriū, & de omni sanguine. 23. De alimento ex aquatilibus animantibus. 24. De mugilib. marinis, lacustribus et fluuiatilibus quos leuciscos aliqui uocant (alburnos forte dixeris latine.) Et q; palustres salsi meliores sint. 25. De lupo. 26. De mullis, et q; deteriores sint, qui cancellos edunt. 27. De piscibus saxatilibus, ut sunt scari, merulæ, turdi, iulides, phycides, percæ. Et q; laudatum ex eis nutrimentum fit. Vide cap. 29. 28. De gobio. 29. De piscibus quorum mollis et tenera est caro, ut sunt, scarus, asini uel aselli, gobij, phycides, percæ, turdi, merulæ, amiæ, muræna, umbra, citharus, rhōbus, hepatus, lingulaca, passer, lacertus. Philotimi uerba ex lib. 3. de nutrimēto. Horum nonnulli etiam supra inter saxatiles cōmemorati sunt cap. 27. Diuersus piscium apparatus, & de leucophago. Pisces quidam frixi præstantiores sunt. De piscium nutrimento in genere. Inter omnia nutrimenta præstare, quæ mollia et friabilia sunt, ac meliorem inde succum generari. 30. De illis piscibus quorum dura est caro, ut sunt, dracones, cuculi, musteli, galaxias, scorpius, trachurus, mullus, orphus, glaucus, scarus, canis, balenæ, delphines, phocæ, thunni, pelamides, sardæ, myli, coracinus, libella, conger, pager, hamia, et aquila. (hamia in præcedente capite à Philotimo etiam inter mollis carnis pisces numeratur.) De alijs multis uide etiam infra capite 36. 31. Quòd dura et solida corpora quorumuis nutrimentorum cum diutius coquuntur, ius quidem siue decoctum salsum ac nitrosum, & demum etiam amarum reddant: ipsa uero sua qualitate amissa magis magisq; insipida fiant. 32. De ijs quæ silicea testa integuntur animalibus. 33. De malacostracis, id est, molli crusta obtectis. 34. De malacijs, id est, mollibus: ut sunt, polypi, sepiæ, lolligines. 35. De cartilagineis: ut sunt, torpedo, raia, leuiraia, squatina, & pastinaca. 36. De cetaceis animalibus: ex quibus sunt, phocæ, balænæ, delphini, libellæ, thynni magni, & canes, de quibus etiam supra dixit cap. 30. 37. De echinis marinis. 38. De melle: item de aereo uel roscido melle, quod uulgo mannam uocant. 39. De uino. 40. De salsamentis & animalibus quæ recte saliri possunt, uel non possunt, in genere & particulatim. De lepore, fele, suibus: Quòd molli carne præditi pisces & saxatiles, inepti sint qui saliantur: ut neq; mullus, licet duram carnem habeat, sed sine excrementis. Laudantur in salsamentis, sardæ & sardinæ, deinde coracini, pelamides, Saxetani (lacerti puto) itē myli ex Ponto, et tarichi. 41. De nutrimentis in unoquoq; dictorum generum medijs. reperias enim piscē, cui nō mollis, nō dura caro sit, sed media, &c.

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER TERTIVS.

Procemium de argumento libri.



RELIQVVM autẽ fuerit, de alimẽto, quod ab animalibus sumit, pertractare, quod non paucas habet facultatũ differentias, tum in partibus, tum in quibusdam, quæ in partibus ipsis continentur, aut generantur: cuius generis sunt oua, lac, caseus, butyrum, & sanguis.

De alimento, quod à gressilibus animalibus sumitur. Cap. I.

Partes animalium omnes, non eadem facultate sunt præditæ: sed carnes quidem, cum probe concoctæ fuerint, optimum gignunt sanguinẽ, & potissimum, si eæ animalium boni succi fuerint, cuiusmodi est suum genus: nam partes neruosæ iusto sunt pituitosiores. Omnium itaq; ciborũ, suum caro potentissime nutrit. Cuius rei athletæ certissimum tibi præbent indicium. Si enim paribus exercitationibus parem molem alterius cibi pridie totum diem comederint, postero die statim sentient sese redditos imbecilliores. Quòd si pluribus deinceps diebus id fecerint, nõ imbecilliores modo, uerũ etiam alimenti penuria macilentiores palàm cõspiciuntur. Idem etiã de eo quod dicimus, potes in pueris, qui in palæstra sese exercent, experiri, & in alijs, qui quamlibet actionem fortem ac uehementem (cuiusmodi est fodientium) obeũt. Porrò carnes bubulæ alimentum quidem & ipsæ corpori suggerunt non mediocre, neq; dissipatu facile: sanguinem tamen generant, quàm conueniat, crassiorem. Quòd siquis temperamento naturali melancholicus magis fuerit, affectu aliquo melancholico prehẽdetur, si largius his uescatur. Affectus autẽ melancholici sunt, cancer, elephas, scabies, lepra, febris quartana, & quæ peculiari nomine melancholia nominatur. Lien item quibusdam à tali succo intumuit: quam rem καχεξία, id est, prauus habitus, & hydropes sepenumero sunt consecuti. Cæterum quantum carnes bubulæ totius suæ substantiæ crassitie suillam superant, tanto suillæ bubulas lentore antecedunt. Cæterũ ex suum carnibus, hominibus quidem ætate florentibus, fortibus, & qui sese multũ exercent, suum ætate florentium carnes ad coquendum sunt præstantiores: alijs uero suum adhuc increscentium. Porrò quemadmodũ ex suibus, qui ætate sunt florenti, ijs iuuenibus, qui bono corporis sunt habitu, cõueniunt: sic & boum, qui nondum florentem ætatem attigerunt. Bos enim temperamẽto est quàm sus, multo sicciore: quemadmodũ & uir ætate florens, quàm puer. Iure igitur ijs animalibus, quę natura temperamento sunt sicciore, adolescens ætas ad mediocritatem ipsam confert: humidiorum uero natura, quod sibi ad probam ac conuenientem temperiem deest, ab ætate florenti adsumit. Non modo itaq; uituli carnes habent ad conficiendum perfectis bobus præstantiores: sed etiam hœdi ca-

A pris. Capra nanq; tẽperamento, minus quàm bos, est sicca, si tamen homini & sui comparetur, multum superat. Suillæ autem carnis similitudinem cum humana ex eo poteris intelligere, quòd quidam carnes humanas pro suillis sine ulla in gustu uel olfactu suspicione comederunt: id enim ab improbis hospitibus, & alijs quibusdam factũ fuisse iam compertum est. Merito igitur porcelli alimẽtum nobis præbent, tanto magnis suibus excrementosius, quanto ipsis sunt humidiores: merito minus etiam nutriunt. Nam alimẽtum humidius, ut distribuitur, ita etiam discutitur celerius. Cæterum agni carnem habent humidissimam, ac pituitosam: Ouium uero excrementosior est, ac succi
B deterioris: Caprarum quoq; caro præter succum uitiosum, acrimoniam etiam habet. Hircorum autem, tum ad coquendum, tum ad succum bonum generandum est deterrima: hanc sequitur, arietũ: post, taurorũ. Porrò in ijs omnibus carnes castratorum sunt præstantiores: senum autem pessimæ, tum ad coquendum, tum ad succum bonum generandum, tum ad nutriendum: quemadmodum & sues ipsi, qui quanq; temperamento sunt humidi, cum tamen iam senuerint, carnẽ habent nonnunquam siccam, ac concoctu difficilem. Ad hæc, caro leporum sanguinẽ quidem gignit crassiorem, sed melioris succi, quàm bubula & ouilla. Ceruina autem nõ minus ijs succum uitiosum generat, ac concoctu difficilem. His agrestium asinorũ bo-
C no habitu præditorum ac iuuenũ, caro est propinqua. Sunt tamen, qui & asinorum domesticorum, ubi senuerint, carnes mandant: quæ pessimi sunt succi, ac concoctu difficillimæ, stomachumq; lædunt, & preterea inter edendũ sunt insuaues: quẽadmodum equorum ac camelorũ carnes, quibus etiã ipsis homines, animo & corpore asinini ac camelini, uescũtur. Sunt qui & ursis, & ijs adhuc deterioribus, leonibus, ac pardis uescãtur semel aut bis elixantes. Quid autem sit, bis elixare, dictũ nobis ante fuit. Quid iam loquar de canibus (quos & ipsos iuuenes, ac pingues, & potissimum cum fuerint castrati, apud quasdam gentes frequentissime mandunt) cum multi sint, qui pantheris, ut & asinis bono habitu præditis, cuiusmodi sunt a-
D grestes, uescantur? Hæc quidem non manduntur modo, sed à quibusdã etiã medicis laudãtur. Vulpium aũt carnibus autumno uenatores apud nos uescuntur: tunc enim uuarũ esu pinguescunt. Porrò animalia omnia, quibus alimenta propria affatim suppetunt, longe seipsis in cibo euadunt præstantiora: quemadmodũ deteriora fiũt, quibus ea minus adsunt. Proinde, quæ herbas è terra emergẽtes, aut arborũ surculos, aut germina depascuntur, ea omnia, cum his abũdant, habitiora sunt, ac pinguia, nobisq; alẽdis accõmodatiora: quemadmodum cõtra quibus herbas altiores pasci est naturale, hyeme, uere primo ac medio fiunt gracilia, ac praui succi: ut boues, qui procedente tempore mani-

manifesto fiunt obesiores, succiq́ melioris, cũ herbæ augentur, ac densescunt, & ad semẽ producendum festinant. Quæ uero animalia humili herba nutriri queunt, ea primo ac medio uere sunt præstantiora, ut oues: æstate autem prima ac media, capræ, cum scilicet fruticum germina (quibus capræ uesci solent) sunt frequentissima. Cum igitur me animalium species inter se comparantem audiueris, dictũ meum experientia examina, ac diju dica, atq; expende, non animal, quod bene nutritum fuerit ac pingue, gracili ac penuria alimenti extenuato comparans: neq; adolescens seni (iniquum enim est id iudicium) sed quod in unaquaque specie ac genere, aut quocunq; modo appellare uelis, optime est dispositum, alteri quod sit eiusmodi, conferens. Non igitur amplius opus erit pluribus exequi animalia omnia, quæ apud singulas gentes proprie nascuntur. cuius generis est in Iberia animalculũ, quod lepori est simile, quodq́ cuniculum nominant: in Lucania autem Italiæ regione, quod inter ursum ac suem quodãmodo est medium: ceu aliud quoddã inter agrestes mures ac myoxos, & eos qui sciuri appellantur, est medium, quod in eadẽ Italiæ regione, & alijs plerisq; locis manditur. Quæ enim ex eiusmodi animalibus bene sunt nutrita, ac planè pinguia, ea experientia explora, præparandorũ ipsorum rationem, quam incolæ experientia didicerunt, ab ipsis audiens, ac discens. Qualis autem singulorum sit facultas, iam à nobis discas licet. Quæ nãq; assantes, aut in sartagine frigentes mandũt, ea corpori siccius dant alimentũ: quæ uero in àqua præcoquũt, humidius: quæ in patinis condiunt, inter hæc media sunt. quanq; & illa ipsa pro modo conditurę, inter se multum discrepãt. Siquidem quæ uinum, aut garum habent copiosum, ea sunt alijs, quæ ea non habent, sicciora: rursus quę exiguam quidem illorum portionem, aut sapę (quam hepsema quidam nuncupant) ampliorem habent, aut in simplici, ac plebeio, alboq; appellato iure elixa sunt, ea prædictis longe sunt humidiora: quæ autem in sola aqua coquuntur, ijs quoq; adhuc sunt humidiora. Maximum præterea in præparatione discrimen accidit pro eorum, quæ inijciuntur, facultate, ut cum omnia siccant quidẽ, sed alia magis, alia minus. Sunt porrò hęc, ex seminibus quidem, anethum, apium, carum, lybisticum, cuminum, & alia quædam id genus: ex plantis uero ipsis, porrum, cæpe, anethum, thymus, satureia, pulegium, mentha odorata, origanum, & alia huiusmodi ad obsonatricem cõmentationẽ pertinentia, de qua nunc differere non est propositum. Quemadmodũ autem modo præcepimus, cum animalium differentia inquiritur, quæ optimo sunt habitu, esse cõparanda: ita nunc quoq;, quæ pulcherrime sunt præparata, conferantur. Hæc itaq; de pedestrium animalium carne audiuisse sufficiat: de aliarũ autem partium facultate, deinceps, cum sermonem de limacibus absoluerimus, sumus tractaturi.

De limacibus. Cap. II.

Perspicuum quidem est, quòd neq; inter uolatilia, neq; inter aquatilia, hoc animal est numerandum. Quòd si inter pedestria ipsius non meminerimus, nihil prorsus de limacium alimento dicturi sumus: quos iniquum fuerit silentio prætermittere: quemadmodũ uermes, qui in lignis nascuntur, uiperas, aliosq; serpẽtes, quibus in Aegypto, & apud alias quasdã gentes uescuntur. Neq; enim illorum quisquam hæc nostra lecturus est: neque nos, quæ apud illos sunt esculenta, unquam comedemus. Limaces uero Greci omnes quotidie mãdunt, carnem quidem duram habentes, eoq; concoctu difficilem, sed quæ confecta, potentissime nutriat. Succus autem ipsis inest, qui uentrem subducit: quemadmodum & ijs, quibus testa pro cute est. Quapropter quidam oleo, garo, uinoq; ipsos condientes, eo iusculo ad aluum deijciendam utuntur. Quòd si huius animalis carne, ut cibo solo nutriente, uti uelis, ubi prius in aqua elixaris, in aliam aquã transferas, in qua rursus elixabis, tum demum condies, ac tertio elixabis, usq; dum caro tota intabescat. Hoc enim modo præparata, aluum quidem sistet, sed alimentum corpori dabit non contemnendum.

De animalium pedestrium partibus excarnibus. Cap. III.

Pedestrium animalium partes excarnes homines mandunt, pedes, rostra, & aures: easq; ut plurimum in aqua elixas mandunt cum aceto & garo: nonnunquam autem & sinapi: quidam autem ex oleo & garo, uinum affundentes: sunt qui cum oleribus, aut in aqua elixis, aut in patinis conditis. Porcellorum autẽ pedes ptisanæ elixæ iniecti, aptissimi sunt, tum ut illam meliorem efficiant, tum ut ipsi molliores reddantur, & ob id ad elaborationem, quæ in ore fit ac uentriculo, meliores. Non parua tamẽ est & in præparationis modo differentia, non modo in partibus animalium excarnibus sed in alijs etiã omnibus: quam fusius in opere de arte obsonandi explicabimus. In hoc autem opere, tantum uniuersales partium ipsarum differentias exponimus, ipsas inter se (ut diximus) ita cõparantes, ut si omnes ad eundem modum paratæ essent: iusta enim est hæc cõparatio. Partes igitur corporis extremæ, ut pinguedinis, ita substantiæ carnosæ habent minimum. Neruosa enim ac cutacea natura in ipsis præpollet: non tamẽ tales hi nerui cutisúe sunt, quales in reliquo sunt corpore: nã in excarnibus magis sunt exercitata, eoq; etiã magis lenta. Etenim neruus omnis ac cutis, dum elixãt, ad huiuscemodi naturam deueniunt. Quare merito corpus quidem minus alunt, ob lentorem tamen per aluum facilius deijciunt. Meliores aũt sunt suum pedes q̃ rostrum: quemadmodum hoc auribus est præstantius. Hæ em̃ constant sola cute ac chartilagine. Chartilago porrò in perfectis quidem animalibus, omnino cõfici non potest: in ijs uero, quæ adhuc augescunt, si in ore bene læuigata, & in uentriculo cõfecta fuerit, paucum alimentum corpori dabit. Eadem autem est eius quod dicimus, in alijs animalibus proportio. Quãto enim eorum carnes alimenti bonitate, suilla sunt inferiores, tanto illorum partes excarnes partibus suum

excar-

excarnibus sunt deteriores. Cæterum illud nequaquam arbitror quenquam latere, quod partes neruosas uoco eas, quæ pedibus insunt, ad similitudinē eius qui proprie neruus nominatur, quiq; ex cerebro ac spinali medulla originem ducit. Quę aūt in partibus excarnibus neruosa sunt corpora, ad similitudinem quidem ita nominātur. Sunt autem ossium ligamenta, sensus expertia, & præterea tēdones quidam.

De animalium pedestrium lingua. Cap. IIII

Peculiaris quædam huic parti inest substantia: carnem enim habet fungosiorem, ac sanguineam magis. Musculi ēm carnes sunt exactæ, & potissimum ipsorum partes mediæ. nam multi in suis ipsorum finibus in magnos tendones desinūt, quos plerique medicorum aponeuroses musculorum nominant: quos longe maximos musculi generant, qui ad artuū fines pertinent. Quin & musculi quidam capita habent neruosa: & ipsius linguæ (quā coci è suibus eximentes elixant) corpus quidem propriū, caro quædā est fungosa, uti diximus: nō tamē eam eximunt solam, neq; elixant, sed simul cū musculis, qui in ipsam inserūtur. Vt plurimum uero, etiam cum epiglottide, & larynge, & glādulis, quæ illic sunt: tū ijs, quæ linguæ sunt propriæ, saliuamq; generant: tū ijs, quæ sunt ad paristhmia, id est tonsillas ac laryngē. Præterea uenæ & arteriæ & nerui, linguæ cum alijs carnibus sunt cōmunia: illa enim unà cum carnibus manduntur, nisi quod in hac particula tria hæc uasorum genera, plura sunt ac maiora quàm pro portione magnitudinis. Quæ porrò facultas sit alimenti, quòd à glandulosis corporibus sumitur, deinceps audito.

De glandulis. Cap. V

Quantū lingua à carnis substantia, tantū glādulæ à linguæ substantia recesserunt: nō tamen omnes æquali omnino ab ea distant interuallo. Sed quæ illi adiacent ac contingunt, ijs quadantenus sunt similes, quæ in mām̄is habentur, quando saltē ex lacte nondū refertæ fuerint. Nō ēm glandulæ mammillares perpetuo suo munere fungūtur, ut cū aliæ propemodū omnes, tū aūt eæ quę sunt ad linguā. Natura ēm eas linguæ cōparauit ad saliuam generandā: mammillares uero post fœtū cōceptum fiunt raræ ac laxæ, & lacte plenæ. At quo tempore lacte carent, contrahuntur ac densant, tantum à seipsis differentes, quantum permadidæ spongię à siccis, hoc est ἀπὸ τῶν σκελετευομένων: sic enim spongias appellant, à quibus cum humorē omnē expresserint, circundatis uinculis ipsas constringunt, totumq; ipsarum corpus cogunt. Sunt aūt & circa larynga ac pharynga huiusmodi quædam glandulæ, sicut & in mesenterio: uerū hæ quidem sunt exiles, eoq; uulgus ipsum latent. Quæ uero sunt ad paristhmia ac larynga, magnæ sunt ac cōspicuæ. Sunt & aliæ exiguæ in multis corporis partibus, uasorū diuisiones firmātes ac fulcientes. At glandula illa, cui thymo nomen est, haudquaq; est exigua, sed in nuper natis animantibus est quam maxima: increscentibus aūt illis, ipsa decrescit. Omnib. aūt ipsis illud est cōmune, ut suaues

A in cibo ac friabiles appareant: mammillares uero, cum lac habent, de ipsius etiam dulcedine quidpiam præ se ferunt. Quapropter hæ glandulæ, cū lacte sunt plenæ, summopere à gulosis expetuntur, præcipue suillæ. Alimentum aūt, quod ex ijs probe quidē in uentriculo cōcoctis, prouenit, prope sane ad carnium alimentū accedit: Quòd si minus quàm sat est, sint confectæ, succum crudum, aut pituitosum generant: humidiores quidem pituitosum: duriores uero crudum: de quo ante diximus. Testes autem, cum ex genere sint glandularum, non perinde tamen laudabilis sunt succi, ut mammillares: sed habent uirosum quiddam, seminis, quod generant, naturam referētes: ceu renes, urinæ. Atq; etiam animalium gressilium testes ad

B coquendum longe sunt difficiliores. Nam gallorum gallinaceorū altiliū testes & suauissimi sunt, & laudabile corpori præbent alimentū. Glandulæ item collo uesicæ adiacentes, prope ad testium naturam accedūt. Sunt qui renes quoq; inter glādulas adnumerent: hi namq; itidem glandulosum quiddam habere ipsis uidentur: uerū praui admodum sunt succi, & concoctu difficiles, ut adultiorum animalium testes, cū exectos ipsos mādunt: iuniorum enim sunt præstantiores. Taurorum autem, & hircorum, & arietum, insuaues sunt, ac ad coquendum difficiles, & mali succi.

De testibus. Cap. VI

Iuuenibus suibus ac bubus apud nos testes execant, sed propter usum diuersum. Nam suum quidem testes cibi causa secātur: suum enim castratorum caro suauior fit, & plenioris alimēti, & ad coquēdum facilior: boum uero, ut ad agriculturam

C sint meliores: tauri enim non facile ab hominibus domantur. Capræ autem et oues, propter utrunq; usum castrātur. Porrò omnes memoratorum animalium testes ad coquēdum sunt difficiles, ac mali succi: nutriunt tamen si belle conficiantur, alij magis, alij minus pro ea proportione, quā in carnibus inesse diximus. Nam quanto suum caro alijs est præstantior, tanto horum quoq; testes aliorum animantium testibus sunt meliores. Soli autē gallorum gallinaceorum undequaq; sunt præstātissimi, & potissimum eorum qui saginati fuerint.

De cerebro. Cap. VII

D Cerebrum omne, cibus est pituitosior, crassiq; succi, & tarde permeans, ac ad coquendum difficilis. Non minimum etiam cerebrum omne stomacho nocet. Quidam autem ipsius mollitie decepti, ipsum ægrotis exhibent, cum præter alia nauseam etiam concitet. Quinimmo, cum cuipiam à cibo uomitum mouere uis, huius partem pinguiter conditam, postremis epulis edendam exhibe. Illis uero caue exhibeas, qui cibum non appetunt, quos ueteres ἀποσίτους appellabant. Merito igitur nemo cerebrū ab alijs epulis mandit, cū om̄es ipsa experientia docti, sciant ipsum nauseam excitare. Iure etiam plerique cum origano mandunt, uti nonnulli cū sale uarijs modis apparato: quippe cū crassi sit succi, & excrementitium, omnino fit accommodatius, quando cum incidentibus & calfacientibus

cientibus fuerit paratum. Si tamen recte conficiatur, alimentũ corpori præstabit non contẽnendũ.

De oßium medulla. Cap. VIII

Medulla quæ in ossibus inuenitur, cerebro est dulcior, iucundior, ac pinguior, adeo, ut si ea, inter se comparãdo, gustes, putaturus sis cerebrum austerum etiam aliquid in se habere. Porrò medulla nauseã prouocat, si liberalius sumatur, quẽadmodum & cerebrum: nutrit tamen & ipsa, si probe conficiatur.

De spinali medulla. Cap. IX

Spinalis medulla eiusdem cum cerebro est generis: eam tamen perperam medullam appellarunt: cum medulla non modo spinali hac, uerum etiam cerebro ipso sit humidior, ac mollior, et pinguior. Quòd uero in spinæ ossibus contineatur, coloremq; habeat medullæ adsimilẽ, ob id ipsam medullam nominãt: quo nomine quidam ipsum quoq; cerebrum uocitarũt. Est porrò spinalis medulla cerebro continua, ac eiusdem cum eo naturæ, nisi quòd ipso multo est durior, potissimum in infernis spinæ finibus. Quantum enim à cerebro abscedit, tantum magis durescit. Pinguitudinis sane habet minimum, quò fit, ut nauseam non prouocet: & si probe conficiatur, non exiguum corpori dat alimentum.

De pinguedine, & adipe. Cap. X

Vtrunq; quidem est oleosum, humiditate tamen & siccitate inter se differunt. Pinguedo nanque humida quæpiam res est, oleo longa uetustate incrassato adsimilis. Adeps uero pinguedine multo est siccior: ideoq; si calfactũ ipsum fundas, coit facile, ac concrescit. Pauci utraq; est nutrimẽti: potiusq; carnium nos alentium sunt condimenta, quàm alimenta.

De pedestrium animalium uisceribus. Cap. XI

Omnium quidem animalium iecur crassi est succi, ac ad coquendum difficile, tardeq; permeat. Omnium autem est præstantissimum, non modo ad uoluptatem, sed ad alia etiam omnia, quod συκωτὸν, id est ficatum appellatur: quam appellationem inde habuit, quòd animalis mactandi iecur multarum ficuum siccarum esu sic pręparent, quod maxime faciunt in suibus, propterea quòd huius animalis uiscera, aliorum animaliũ uiscerib. natura multo sunt suauiora: euadunt tamen & illa seipsis meliora, cum animal ipsum caricas affatim comederit. Quare minime consentaneum hominibus uidet, præteritis quæ natura cæteris præstant, deteriora consectari. Reliquorum autem uiscerum lien ne sapore quidem est exactè iucũdus: est enim in eo perspicua quædam acerbitas: merito autẽ praui quoq; succi esse creditur, ut qui sanguinem melancholicum generet: utroq; uero tanto pulmo est ad coquendum facilior, quanto est rarior: multo tamen, quod ad nutriẽdum attinet, hepate est inferior. Pituitosius autem est id alimẽtum, quod corpori prębet. Cor, substãtia quidem caro est fibrosa ac dura, ideoq; ad coquendum est difficile, & tarde permeat: si tamẽ probe conficiatur, alimentum corpori exhibet non paucum, neque mali succi. De renibus autẽ (nam hos quoq; quidã inter uiscera connumerant) prius diximus.

De quadrupedum animalium uentriculo, utero, & intestinis. Cap. XII

Duriores carnibus sunt hæ partes, ob id, etiam si rite conficiantur, succum tamen gignent nõ planè sanguineum, neq; inculpatum, sed frigidiorẽ, ac crudiorem. Proinde multum temporis requirunt, prius quàm satis confici, & in probum sanguinem mutari queant.

De agrestium ac domesticorum animalium differentia. Cap. XIII

Domestica animalia temperie humidiora sunt quàm agrestia, tum ob aeris, in quo degunt, humiditatem, tum uero etiã ob uitæ ignauiam. Quæ uero in montibus degunt, multum exercentur, ac fatigantur, præterea in aere sicciore uiuunt: quapropter eorum caro est durior, nulliusq; prorsus pinguedinis, aut paucissimæ particeps: quæ causa est cur pluribus diebus, q̃ domesticorũ, & ociose degẽtium animaliũ, seruetur imputris. Liquet item q̃ alimentum, quod ab ijs prouenit, minus habet excrementi: contra excrementitium est, quod à domesticis atq; ociosis sumit. Necesse igitur est, alimentum eiusmodi nutrire ualentius quàm alterum, succumq; gignere multo meliorem.

De lacte. Cap. XIIII

Lac quoq; inter cibos, qui ab animalibus sumũtur, est numerandum: in quo haud parua est pro anni temporibus differentia, & ea adhuc maior pro ipsorum animalium specie. Siquidem bouin lac, crassissimum est ac pinguissimum: liquidissimum autem ac minime pingue, camelorũ: mox, equarum: deinde, asinarum: mediæ autem consistentiæ, est caprarum: hoc crassius, ouium. Secundum autem anni tempora, lac post partũ est liquidissimum: tẽporis uero progressu, magis semper ac magis incrassescit: Aestate uero media, ipsum etiam in medio suæ naturæ cõsistit: post id autem tempus, sensim iam crassescit, quoad penitus deficiat. Vere autem ut liquidissimum, ita etiã copiosissimũ est. Quòd autẽ lac, ut prius diximus, pro animalium specie differat, id uel intuenti quidem protinus apparet: manifestius autem fit, si ex uno quoq; lactis genere caseus paretur. Etenim liquidissimum lac, serum: crassissimum, caseum habet plurimum. Merito igitur liquidius quidẽ lac, magis: crassius autem, minus aluum subducit: contra autem, crassius quidem ualentius nutrit: tenuius autem minus. Quòd siquis lac prius elixando serum omne consumpserit, nihil prorsus subducet. Iniectis uero lapillis ignitis, tantisper dum serũ omne consumatur, præterquàm q̃ sic paratũ, aluũ non subducit, contrarium etiã efficit, ipsumq; ijs exhibemus, quibus uẽter acriũ excrementorum demorsu infestatur: id ipsum autem efficiunt non minus quàm lapilli, aut etiam efficacius, ferrei orbiculi igniti iniecti. Facile tamen lac sic paratum, in uentriculo in caseum cogitur: ob id mel illi & salem admiscemus. Quin & aquam etiam affundere, securius fuerit, ut pleriq; medicorum factitant

tant. Neq; mirum tibi uideatur, quod sero cõsumpto, rursus aquam infundant. Non enim seri humiditas est quam fugiũt, sed acrimonia: cuius occasione lac omne aluum subducit, ex substãtijs contrarijs mistum, sero scilicet, & caseo. Ad hæc tertium etiam pinguem succum habet, & ipsum quidem lac boum, ut dictum est, plurimum: ideoq; butyrũ (quod uocant) ex eo conficiunt: quod gustu solo uisuq; quantum in se pinguitudinis habeat, facile cognoscas. Quòd si partem aliquam corporis eo inunxeris, ac fricueris, cernes cutim pinguem nõ aliter, ac si oleo fricuisses: præterea, si mortui animalis corium aridum eo inunxeris, eũdem cernes effectũ: quinimmo homines in plerisq; frigidis regionibus, in quibus oleo carent, in balneo butyro utuntur: cernitur præterea, si ignitis carbonibus ipsum infundas, nõ aliter ac pinguedo flammam excitare. Deniq; utimur ipso in illis, in quibus utimur adipe, cataplasmatibus alijsq; medicamentis ipsum permiscentes. Pinguissimum itaq;, ut diximus, est lac bubulum: ouillum uero ac caprinum habẽt quidem & ipsa pinguedinis quidpiam, sed multo minus: asininum uero huius succi minime particeps est. Quocirca non temere in uentriculo cuiusquam coagulatur, si statim ut mammis excidit, calidum fuerit epotum. Quòd si sal & mel adijciantur, fieri non potest, ut ipsum in uentriculo cõcrescat, ac coaguletur. Eandem ob causam magis per aluum deijcitur, ut quòd serum multum habeat, à quo lac omne facultatem accipit deijciendi: uti à caseosa substantia, sistendi. Quantum uero serum ab alia lactis natura succi bonitate superatur, tanto alia omnia, quæ uentrem deijciunt, superat: ob id ueteres ad aluum subducendam hoc potu plurimo usi uidentur. Tantum autem mellis optimi ei est inijciendum, quantum suaue citra stomachi euersionem sentietur. Pari modo & salem ea mẽsura inijcies, quoad gustũ nõ offendat. Quòd si ipsum magis subducere uelis, salis quamplurimum inijcies. Hæc certe diffusius explicuimus, quàm presens institutum postulet. Propositum enim fuerat, ea cõmoda exponere, que lacti insunt, ut alimẽto, quibus cum id cõmodum, quod nobis præstat in aluo deijcienda, esset admistum, fecit rei affinitas, ut in hanc digressionem sermo noster deflexerit. Rursus igitur ad propositum reuersi, que de lactis facultate supersunt, exequamur: quorũ id omnium est maximum, quòd omniũ ferè quæ mandimus, lac optimum, optimi est succi: uerum caue male accipias quod iam pronunciauimus. Non enim simpliciter diximus lac omne optimi esse succi, sed præterea optimũ adiunximus. Nam lac quidem, quod uitiosi est succi, adeò non succũ probum gignit, ut etiã malo succo utentium corpora impleat. Cui rei argumẽto fuit is infans, qui cũ priore nutrice mortua, alterius praui succi lac suxisset, totum corpus multis ulceribus habuit refertum: utebatur autem secunda hæc nutrix in agro syluestribus oleribus propter annonæ caritatem, quæ ueris tempore acciderat: unde et ipsa huiuscemodi ulceribus scatuit, & alij quidam, qui in

A eodem agro simili uictu sunt usi. uidimus & alijs permultis mulieribus infantes nutrientibus id tẽporis idem accidere. Atq; etiam si capræ, aut alterius cuiuspiam animalis scammoniam, aut tithymallum depasti, lac cibi loco quis sumpserit, omnino aluus illi fluet. Quemadmodum igitur de alijs omnibus, ita & de lactis facultatibus intelligere oportet, non tanquam simpliciter de quouis dicantur, sed de optimo duntaxat: quantum autem in singulis generibus unumquodq; ab optimo deficit, tãto commodis, quæ optimum id nobis præstat, est inferius. Lac igitur quod seri habet plurimum, etiam si semper eo utare, nihil penitus adferet periculi. Quod uero huiuscemodi humiditatem habet exiguã, caseosam autẽ crassiciem multam, omnibus qui ipso multum utuntur, est periculosum. Nã eos quidem renes offendet, qui calculis generandis sunt appositi: iecur item obstruet ijs, qui hoc affectu facile prehẽdi possunt: tales autem sunt, quibus fines eorum uasorum, quæ cibum ex simis uisceris in gibba transsumunt, sunt

B angusti. Thoracis autẽ ac pulmonis partibus lac omne est utile: capiti uero, nisi quis ipsum habeat admodum firmum, non est accommodum, ut nec hypochondrijs, quæ leui de causa inflãtur: in plurimis enim in uentriculo uertitur in flatus, suntq; paucissimi, quibus id non accidat. Si uero cum aliquo eorum cibariorũ, quæ crassi sunt succi, diutius elixum fuerit, flatuosam quidem naturam deponit, sed iecur magis obstruit, & calculos in reni

C bus promptius gignit. Huiusmodi autem edulia libro primo esse diximus, amylum, similaginem, alicam, tragum, orizam, lagana, rhyemata, & panes non bene in clibano assos, nec multa cõtritione prælaboratos, nec multo sale, ac fermento mediocri subactos. Cæterum, ut in ijs, ita in alijs, quæ nonnulli lacti admiscentes mandunt, mistorum facultas aliquam ex lactis facultatibus augebit, aut imminuet. Nunc autem ipsius facultatem definiamus, ipsum boni esse succi & multi alimenti statuentes, & ex contrarijs substantijs ac facultatibus conflatum, subducendi scilicet ac sistendi, obstruendiq; ac tenuandi. Quod nanq; eius serosum est, succos crassos tenuat, & aluum subducit: quod uero caseosum est, aluũ sistit, & succos crassos gignit. ex quibus, ut diximus, in hepate obstru

D ctiones, & in renibus calculi oriuntur. Nocet autem ipsius usus assiduus dentibus, & circundatis carnibus, quas gingiuas nominant. Has enim, humidas: dẽtes uero, putrefactioni et erosioni admodum obnoxios reddit. Sumpto igitur lacte, os uino diluto colluere conueniet: satius autem fuerit, si mellis etiam quidpiam ipsi inieceris. Ita nanque omne caseosum, quod ex lacte dentibus ac gingiuis circũfixum fuerit, abstergetur. Quòd si etiam cuipiam tam robustum sit caput, ut uini meri collutione non offendatur, melius is dentibus & gingiuis consuluerit: uerumtamẽ & mel uino permistum, misturam ex utroq; reddit meliorem. Illud uero dentium incolumitati tutissimum aduersus lactis iniurias fuerit præsidium, siquis post sump-

tum ipsum, primo melicrato, deinde uino adstringente, os colluat.

De oxygalacte, id est, acido lacte. Cap. XV.

Oxygala autem, quod uocant, dentes quidem, qui saltem secundum naturā habent, nihil offendit: qui uero aut ob naturalem intemperiem, aut adscititium quempiam affectum, iusto sunt frigidiores, hi soli, ut ab aliorū frigidorū occursu, ita ab hoc quoq; offendũtur: acciditq; ijs nonnunq̃ symptoma, quod stuporē nominant, quale post esum mororum immaturorum, & aliorū omnium acerborum & acidorum euenire consueuit. Illud item perspicuum est, ꝙ uentriculus, qui quauis de causa est frigidior, oxygala non belle conficit: temperatus uero, quamuis ægre, conficit tamen aliquãtum. Contra uentriculi iusto calidiores, siue ab initio tales fuerint, siue à quapiam causa postea in eã temperiem sint adducti, prꝫterq; ꝙ nihil ab huiuscemodi edulijs lædunt, cõmodo etiam aliquo fruuntur. Quin hi quoq; oxygala ipsum circundata niue prius refrigeratum, indolenter ferunt: quēadmodũ & alia pleraq; id genus edulia, atq; adeo aquam ipsam niue sic præparatam. Quocirca admirari subit plerosq; medicos, qui de singulis edulijs pronunciarunt, hoc quidem nobis esse utile, aliud uero noxiũ: præterea ad coquendum facile, aut difficile: mali succi esse, aut boni: multi aut pauci esse alimenti: stomacho conuenire, aut aduersari: aluum ducere, aut sistere: aut aliã quamuis uirtutem, uitiumúe obtinere. De quibusdam certe licet pronunciare, hoc quoddã edulium omnibus hominibus praui esse succi, aut ad coquendũ difficile, aut stomacho noxium: de plurimis tamen fieri non potest, ut unico edicto citra ullã distinctionem uere pronuncies. Cæterum cum necessario longa futura esset oratio, si in singulis edulijs, tam naturalium temperamentorũ, q̃ acquisititiorum affectuum distinctiones adscripsissemus: satius fore existimauimus (quemadmodum in primo horum commentariorum fecimus) ab initio uniuersalem quidem totius doctrinæ methodum ostendere: post autem in particularibus nõnunq̃ eam ad memoriam reuocare. præsertim in ijs, quę non simplicis sunt naturæ, quale utiq; est lac, de quo nunc agimus: quod tametsi sensui quidem similare apparet, ex diuersis tamen substantijs ac facultatibus est compositum. Huic nanq;, etiam si optimum fuerit, pro diuersa tamen uentriculorum natura accidit, ut interdũ quidem acescat: aliàs uero fumosum ac nidorulẽtum ructũ in altero sursum emittat: etenim contrarij sunt affectus, secundum quos quod in uentriculo nõ fuit coctum, acidum aut fumosum euadit. Siquidem caloris inopia, in acorē: eiusdem aũt excessus, in nidorem ac fumũ uertit. Quæ duo lacti eueniunt, quia in se nõ modo serosam naturam, uerum etiam pinguem & caseosam contineat. Hac certe de causa oxygala quidem, si in uentriculo non coquatur, nunquam in nidorem uertitur: potissimum, si in biliosissimum ac feruentissimum uentriculum inciderit. Neq; enim amplius calidã acremq; qualitatem ac facul-

A tatem retinet, quam lac à sero habet: neq; pinguē & mediocriter calidam, quam lac à pinguedine, quæ sibi inest, possidebat. In huiuscemodi eñ pręparatione, sola relinquitur caseosa substantia, eaq; ipsa non eiusdem naturæ, cuius ab initio fuit, sed ad frigidius conuersa. Itaq; de oxygalacte dixisse suffecerit, quòd frigidum est, ac crassi succi. Hæc enim sequitur, ut ipsum non facile à corpore mediæ temperaturæ conficiatur. ad eam enim in omnibus meis operibus, cum aliquid simpliciter pronuncio, sæpe iam monui id esse referẽdum. Quin etiam succum crudum, quem uocant (cuius naturam, tum prius alibi exposui, tum etiam in libro superiore de eo disserui) cõsentaneum est ab istiusmodi cibis abunde generari. Non abs re autē edu-

B lium hoc calidissimis uentriculis est utile: quemadmodum frigidioribus aduersissimum. Id tamē in singulis cibarijs non cõuenit adscribere, sed in quibusdã meminisse suffecerit, quòd succus eiusmodi, qualis ex oxygalacte, caseo, & omnibus crassi succi edulijs prouenit, calculos in renibus solet gignere, cum hi calidiores iusto fuerint, siue ob naturalem intemperiem, siue ob alium quendã affectum ipsis postea innatum: non tamen pro caloris modo, meatuum transitus latos habeant. Corporum enim constructiones, quę morbis maxime sunt obnoxiæ, ex partibus cõtrarij temperamenti componuntur: ut uerbi gratia, si uentriculus admodum sit calidus: cerebrum autem frigidum. Pari modo & pulmo aliquãdo, ac totus tho-

C rax frigidus est: uentriculus autē calidus. frequenter uero contra euenit, ut omnia alia scilicet æquo sint calidiora: solus autem uẽtriculus frigidior sit. Et quandoq; totum caput frigidius est, hepar uero calidius; atq; in alijs partibus similiter. Quapropter initio etiam monuimus, utilissimam esse doctrinã, quæ de facultatibus, quæ alimentis insunt, tradit, cum eas differentias explicat, quæ in humiditate spectantur, & siccitate, caliditate, & frigiditate. Præterea substantiæ ipsorũ lentore, aut crassitie: ad hæc, quod aut similare est, de quo agitur, uel ex partibus temperamento contrarijs compositum, cuius generis est lac. Ad horum porrò dignotionem dixi nos manu duci, cũ per olfactum ac gustum, tum per alia symptomata, de quibus

D in operis huius initio disserui: uti nunc quoq;, in lacte eius naturam ostendi ex ijs symptomatibus, quæ ei accidunt, cum aut calefit, aut coagulo cogitur, aut alio quouis modo partes ipsius secernũtur: etenim uel citra coagulum scissio, quam uocant, id efficit, cum lacti abunde calido oxymel frigidum instillamus. Idem etiã mulso efficimus. Interdum etiam citra ullam liquoris instillationē, uase frigidissimam aquã continente in lac demisso, ipsum scindimus. Præterea sine coagulo id lac, quod post editum fœtum emulsum fuerit, protinus concrescit, si super cineres calidos parumper calefiat: uidenturq; ueteres comici lac ita coactũ, pyariten appellasse. In Asia autem apud nos pyriephthum, ipsum nominãt. Id quidem lac omnino ab alia substantia est purum. Cum autē melle ipsi

admisto

admiſto, per coagulum cogunt, hoc quidem opere, quod in eo eſt tenue & aquoſum, ſeparat. Quidam autem ex ipſo duntaxat, quod coactum eſt, mandunt: quod partim ex caſeoſa lactis ſubſtãtia, partim ex calida atq; ignea coaguli facultate, partim ex melle ipſis admiſto eſt compoſitum, alij uero unà cum eo quod cõcreuit, ſerum quoq; transglutiunt, idq; aut pariter totũ cum toto, aut alterũ altero copioſius. accidetq;, ut alijs quidẽ largius: alijs uero minus aluus ſubducatur, pro portione quantitatis ſeroſi humoris. Perſpicuum præterea eſt, quòd eorum corpus, qui ſolum id, quod concretum eſt, comederint, amplius nutrit: minus uero eorũ, qui unà cum ipſo ſeroſi humoris quidpiã trãſglutierint: & multo adhuc minus eorũ, qui eius quidem, quod coactũ eſt, parum: ſeroſi aũt humoris plurimum hauſerint. Simili modo & in eo, quod à partu, ſiue cũ melle, ſiue abſq; eo coijt, nõ paruam differentiã inuenies. Cum enim mel non accepit, ad coquẽdum eſt difficilius, & ſucci craſſioris: præterea per aluum tardius ſecedit, utrunq; tamen corpus abunde nutrit. Hæc de lactis facultate nouiſſe, in præſenti opere ſufficerit. Eius nanque utilitates, quas in morbis præſtat, ijs qui quauis ex cauſa tabe laborant, aut ulcus habent in pulmone, proprie ad medendi rationem pertinent.

De caſeo. Cap. XVI.

De caſei quidem facultate iam diximus, cũ de lacte ſermonem faceremus, ſatius tamẽ fuerit nũc rurſum particulatim de eo tractare. Nam dũ paratur, aſſumit ab iniecto coagulo acrimoniã, humiditatemq; omnem deponit, et potiſſimum, ſi inueterarit: tum enim quàm prius acrior euadit, & manifeſte calidior reddit, atq; ardentior: ob id ipſum & ad coquendũ difficilior, & peioris ſucci efficit. Qua de cauſa, nec id ipſum, q̃d craſſis cibis acres ac tenuantes facultates admiſtas habẽtibus, ineſt commodi, caſeus citra noxam poſſidet. Maior enim noxa ex ſucci ipſius prauitate, & ardenti calore accidit, q̃ craſſorum tenuatio conferre queat: nec ad calculorũ in renibus procreationẽ hic ſuccus minus eſt noxius. Oſtendimus enim calculos in illis corporibus naſci, in quibus ſuccorũ craſſities cum ardenti calore eſt coniuncta. Fugiendus igitur eſt eiuſmodi caſeus, ut qui nihil conferat neque ad coctionem, neq; ad diſtributionem, neq; ad mouendam urinam, neq; ad uẽtris deiectionẽ ceu utiq; nec ad ſucci probitatem. Deinceps autẽ malus quidem ſed prædicto minus eſt putandus, qui neq; eſt uetus, neq; acris. Omnium autem caſeorum recentium is eſt præſtãtiſſimus: qualis apud nos Pergami, & in Myſia, quæ eſt ſupra Pergamum, fit, qui ab incolis oxygalactinus appellatur, ſuauiſſimus quidem in cibo, ſtomacho autem minimum noxius, alijsq; omnibus caſeis cõcoctu tranſituq; facilior, ſuccum habens non uitioſum, neq; uſq; adeo craſſum: quod uitium omnium caſeorum eſt cõmune. Præſtantiſſimus etiam eſt is, qui Romæ apud diuites celebrat, Vatuſicũ appellant: & præterea alij quidam in alijs regionibus. Cum autem ſingulatim permagna ſit in ipſis diffe-

A rentia, tum pro animalium natura, tum pro præparandi modis, & prẽterea ipſorum caſeorum ẽtate: conabimur hoc in loco ipſorũ facultatem paucis ſcopis circumſcribere: quibus quis intẽtus, meliorem à deteriore facillime diſcernet. Scopi quidẽ in genere ſunt duo, quorum alter in certa ſubſtantiæ caſei cõſiſtentia uerſatur, ſecundũ quam mollior eſt aut durior, denſior aut laxior, glutinoſior aut friabilior: Alter in guſtabili qualitate cõſiſtit, ſecundum quam in quibuſdam ipſorũ acor ſuperat, in alijs acrimonia, aut pinguitudo, aut dulcedo, aut aliud quidpiam id genus, aut omniũ eſt uelut æquabilitas. Porrò ſecundũ ſpeciales differentias prædictorũ generũ, mollior quidẽ duriore eſt præſtantior: rarus uero ac laxus, denſo admodum
B ac compacto. Iam uero cũ glutinoſus ualde, & is qui ad aſperitatẽ uſq; eſt friabilis, ſint uitioſi, præſtantior eſt, qui inter hos duos eſt medius. Quòd aũt ad eam dignotionẽ, quæ fit guſtu, pertinet, is omniũ eſt prẽſtantiſſimus, qui nullam uehementem habet qualitatẽ, ſed dulcem habet ſupra alias parũ eminentem. Suauis item inſuaui eſt præſtantior: & mediocriter ſalitus, eo qui eſt permultũ, & eo qui omnino ſalis eſt expers. Poſtea tamen q̃ caſeum ſic examinatũ ſumpſeris, licebit etiam ex ructu cognoſcere, qualis inter caſeos ſit melior, aut deterior. Cuius nãq; qualitas paulatim marceſcit, præſtantior: cuius contra perdurat, nõ bonus. Iſte enim perſpicue ẽgre mutatur, atq; alteratur, & ob id ipſum ægre conficitur. Omniũ eñ qualitatum,
C quarum ante meminimus, alteratio neceſſario ſequitur alimentorum coctionem.

De pedeſtrium animalium ſanguine. Cap. XVII.

Sanguis ad concoquendum eſt difficilis, præcipue craſſus, & melancholicus, qualis eſt bubulus: Leporinus autem ut ſuauiſſimus celebratur, multiq; ipſum cum iecore ſolent elixare: quidam autem cum alijs etiam uiſceribus. Sunt qui ſuum quoq; iuniorum ſanguinem edant, ceu alij etiam grandiorum, cum caſtrati fuerint: Aprorum uero nemo ne guſtare quidem tentauerit, propterea q̃ inſuauis eſt, & ad coquendum difficilis. Homerus quoq; caprarum ſanguinem in cibo iucũdum eſſe non ignorauit.

D De alimento, quod à uolucribus animalibus ſumitur. Cap. XVIII.

Veteres omnes animalia uolucria ac bipeda ὄρνιθας nominabant: nunc autem apud Græcos cõſuetudo inualuit, ut quas illi ἀλεκτορίδας, id eſt, gallinas uocabant, nunc ſolas eas ὄρνιθας appellent, quemadmodum & maſculos ipſos ἀλεκτρυόνας. Auium porrò omniũ uolucrium genus, pauciſſimum prẽſtat alimentũ, ſi ad genus greſſilium cõferatur, potiſſimũ, ſi ad ſuillã qua non aliud inuenias, quod copioſioris ſit nutrimẽti: uolucrium tamen caro ad concoquendum eſt facilior, præcipue perdicis, attagenis, columbẽ, galli gallinacei, & gallinæ: turdorum uero, & merularum, paruarumq; auicularũ (inter quas etiam ſunt, quas turricolas uocant) caro q̃ prædictorum eſt durior: his autem ipſis, turturis, palumbi, anatisq; caro eſt durior

rior: phasianorũ, quod ad concoctionem, & nutri- A mentum attinet, gallinis est similis, uoluptate tamẽ in edẽdo superat: his durior est pauonis caro, & fibrosior, & ad coquendum difficilior. Porrò in omnibus uolucribus animalibus, ut & in quadrupedibus, scire in uniuersum oportet, quòd augescentium caro multo est præstantior, quàm ætate declinãtium: media autem est inter utranque, florentium. Praua autem admodum est ualde nouellorum, sed diuersa ratione ac senum. Siquidem horum caro dura est, & sicca, ac neruosa: ideoque praua ad coquendum, & exigui nutrimenti. Contra animalium nuperrime editorum corpora, mucosa sunt, ac humida, eoque excrementis plena, facilius tamen per aluum secedunt. Hæc in cunctis animalibus memoria teneto: id enim omnibus ipsis B ex æquo inest secundũ differentias, quæ ab ætate sumuntur: cõmunis etiam est, si sanitatem spectes præparationis modus, quem antea exposuimus, & nunc rursum summatim repetemus, facultates duntaxat in memoriã reuocantes, quę assa sunt & frixa in sartagine, ea sunt sicciora: quæ uero in aqua dulci sunt elixa, alimentum corpori præbẽt humidius. De ijs porrò quæ ex albo iure, uarijsque patinarum condimentis esitantur, antea abunde disseruimus, ceu de domesticis quoque, & agrestibus. Non mediocris uero est differentia eorũ, quę in stagnis, aut paludibus, aut lacustribus locis uiuunt, cum ijs quæ in mõtibus, aut locis siccis degunt. Nam pro locorũ natura ac proportione, animalium carnes fiunt siccę, & excrementis uacuæ, C & ad coquendum faciliores: aut humidæ, & excrementitiæ, & concoctu difficiliores.

De anseribus, & struthocamelis. Cap. XIX.

Χηνῶν nomen ueteribus etiã est cõsuetum, στρουθοκαμήλων uero insolens. Nominant enim eas μεγάλας στρουθοὺς: ego uero etiamnum adolescẽtulus, audiui sophistam quendam ex eorũ numero, qui de eiusmodi problematibus disserũt, in utranque partem disceptantem, ac probãtem, huiuscemodi animalia nunc aues esse, nũc uero nõ esse. Longe autem præstiterit non id, sed qualemnã alimentum, quod ab ipsis sumitur, habeat facultatem, inquirere: id autem ubi ex me audieris, per ocium ab alio disces, utrum oporteat animalia hęc aues nominare, necne. Ipsorum igitur caro est excrementitia, D multoque ad coquendũ est difficilior, quàm prædictorum uolucrium animalium: ipsorum tamen alæ non sunt cæterorũ alis deteriores. Quandoquidẽ in multis uolatilibus, potissimum quę parua sunt, & carne dura prædita, alarum substantia est fibrosa, ac dura. Quarundam autem caro tota est eiusmodi, cuiusmodi gruum: quas tamen & ipsas mãdunt, plurimis ante diebus inueteratas. Inter grues autẽ & anseres caro tardarum, quas uocant, quodammodo est media, quæ ὠτίδες uel ὠτίδες appellãtur: utroque enim modo prima syllaba profertur, & scribitur, per ο scilicet, & per ω.

De differentia, quæ est in partibus animalium uolucrium. Cap. XX.

Viscera quidem in uolucribus animalibus, eãdem habẽt ad carnes proportionem, quam in pedestrib. habere memorauimus: intestina uero horum omnium omnino non manduntur, in eorum tamen uentriculis non ita habet. Vesci enim sunt, & nutriunt. Quidam autẽ ipsorum ualde etiã sunt iucundi, ceu anserum, post quos sunt altilium gallinarum. Quemadmodum autem in suibus, dum adhuc uiuunt, hepar ex caricarum pastu ficatum ad uoluptatem præparatur: ita in anseribus uideo ipsorũ alimenta lacte imbui: ut non modo eorum iecur sit iucundissimum, sed potenter etiam nutriat, ac optimi sit succi, & deiectu minime difficile, probeque similiter in uentriculo cõficiatur. Ad hęc alæ anserum ad concoquendũ ac nutriendũ sunt accommodæ: & ijs adhuc magis gallinarum. Cæterum cum iuniorum animalium caro ab annosorum multum dissideat, alarum quoque natura multo euidentius dissidet. Pari modo gracilia ab obesis discrepant. Nam iuniorum ac probe nutritorum caro præstãtissima: pessima autem gracilium & annosorum. Pedes autem paulo minus omnium, cibo sunt inepti. Gallorum autem gallinaceorum cristas, ac palearia nemo nec probarit, nec etiam damnarit: horum uero testes sunt prẽstantissimi, præcipue altilium, & multo magis si cibus eorum, quo sunt nutriti, seroso lacte fuerit imbutus: nã & boni sunt succi, & ualide nutriunt, & ad coquẽdum sunt facillimi: deiectionem tamẽ nec iuuant, nec morantur. Cæterum animalia uolucria exiguum quidem habẽt cerebrum, sed ipsum tamen tanto pedestrium cerebro est præstantius, quanto est siccius: uolucrium aũt ipsorum, montana cerebrum habent quàm palustria præstantius, pro aliarum omnium partium proportione. Quidam autem falsò struthocameli uentriculum laudant, ceu medicamentum quoddam, quod coctionem iuuat: alij uero longe magis mergi uentriculũ laudant. Verum hæc neque ipsa facile concoquuntur, neque alijs in eo ceu medicamenta auxiliantur, ueluti zingiber & piper: & præterea alia ratione uinum & acetum. Quòd si de uolucriũ animalium lingua, ac rostro dicere aggrediar, cum ea nemo ignoret, garrire merito existimabor.

De ouis. Cap. XXI.

Oua quoque inter alimenta, quæ ab animãtibus sumuntur, sunt numeranda, quorum tres inter se sunt differentiæ: Prima quidem penes propriam substãtiam. Gallinarum enĩ ac phasianorum sunt præstantiora: deteriora uero anserũ ac struthocamelorum: Secunda aũt penes tempus: aut enĩ longo ante tempore, aut breui sunt edita: Tertia penes cocturæ rationem: nam quædã diutius cocta fuerunt: alia ad mediocrem usque consistentiã: alia duntaxat excalfacta fuerunt. Secũdum quas differentias, alia quidem cocta uocantur: alia tremula: alia sorbilia: Tremula itaque uero ad nutriendum omnium sunt præstantissima: Sorbilia autem minus quidem nutriunt, sed facilius subducuntur, & pharyngis asperitates læuigant: Cocta uero & ad coquendum sunt difficilia, & tardi transitus, crassiusque alimentũ corpori tribuũt. His uero tardius perme-

permeant, ac crassioris sunt succi, quæ in calidis cineribus assantur. Quæ uero ἐπὶ τῶν τηγάνων, id est, in sartagine sunt spissata, atq; ob id ipsum τηγανιστὰ nuncupant, pessimum habet omnibus modis alimentũ. Nam interim dum concoquuntur, in nidorem uertuntur, & præterq̃ q; succũ crassum gignũt, ipsum etiã prauum gignunt, atq; excrementitium. Porrò quæ πνικτὰ, id est, suffocata appellant, elixis & assis sunt meliora: parãtur autem ad hunc modum. ubi ipsa oleo, & garo, & pauco uini conspersa fuerint: uas, quo cõtinentur, cacabo aquam calidam habẽti indunt: deinde ubi ipsum totum superne obturarint, ignem substruũt, quoad oua mediocrem habeant consistentiam. Quæ enim supra modum fiunt crassa, elixis & assis fiũt similia: Quæ uero ad mediocrẽ crassitiem peruenerunt, & melius quàm dura concoquuntur, & alimentum corpori dant præstantius. Eidẽ etiã cõsistentiæ mediocritati, intentos nos esse oportet, in ijs ouis, quæ superne caldarijs infunduntur, nõ permittẽtes neq; ipsa omnino incrassari: sed cum adhuc succum suum retinent, uas ab igne submouentes. Oua autem recentia ueteribus plurimum præstant: quippe optima sunt recentissima: uetustissima autem pessima. Quæ uero in horum medio sunt, proportione recessus ab extremis, bonitate aut prauitate inter se differunt.

De uolucrium animalium sanguine. Cap. XXII.

Gallinarum ac columbarum sanguine nõnulli uescuntur, maxime altilium, qui suum sanguine haud quaquam est inferior, neq; uoluptate neq; concoctionis facultate: plurimum tamen superatur à leporino. Sanguis autem omnis, quocunq; modo ipsum paraueris, ad coquendum est difficilis, & excrementitius.

De nutrimento, quod ab aquatilibus animantibus sumitur. Cap. XXIII.

Animaliũ in aquis degentiũ, permulta sunt genera, differentiæq; in ijs sunt, ac species. Nunc uero similitudines inter ipsas, quæ ad usum medicinæ pertinent, ut in prioribus fecimus, referemus: medicinam autem, aut artẽ sanitatis tuendæ dicere, nihil ad præsens propositũ interfuerit. De omnibus igitur dicemus, quemadmodũ in alijs ante fecimus, quibus uulgo assidue uescuntur.

De mugile. Cap. XXIIII.

Mugilis ex squammatorum piscium est genere, nasciturq; non in mari modo, uerumetiã in stagnis ac fluuijs. Proinde particulares mugiles magnum inter se habent discrimen, adeo ut pelagici mugilis genus, diuersum esse uideaẽ ab eo, quod in fluminibus, stagnis, lacubus, aut riuulis urbium latrinas purgantibus, prouenit. Eorum sanè caro, qui in aquis limosis ac sordidis degunt, excrementitia est admodum ac muccosa. Optima autem eorum est qui in puro mari uiuunt, præcipue cũ uentorum procellis agitatur. Nam in quieto, nullisq; agitato fluctibus, tanto piscium caro fit deterior, quanto minus exercitatur: in stagnis autẽ maritimis (quæ λιμνοθαλάττας appellãt) adhuc est deterior: et hac adhuc magis in stagnis: quę si parua sint,

A nec magnos fluuios recipiãt, neq; fontes habeãt, nec largũ effluuium, multo profecto est deterior. Pessima sunt stagna, ex quibus nihil aquæ omnino effluit, sed stabilis est, ac planè immota. De ijs porrò, qui in paludibus, lacubusq;, atq; id genus locis degunt, initio diximus. Pessimã enim habẽt carnẽ, qui in eiusmodi locis degunt. Eorũ aũt, qui in fluuijs gignuntur, præstantiores sunt, qui in ijs gignuntur, in quibus aqua rapide fluit, ac copiosa est: qui uero in stagnantibus, non boni. Præterea penes alimẽta pisces meliores peioresúe euadũt. Nam quibusdam herbarũ ac bonarum radicũ copia suppetit, ijq; eam ob causam sunt prestãtiores. Alij herbas pascuntur limosas, & radices mali succi. Præterea qui in fluminibus urbem magnã præ-
B terfluentibus, hominũ stercoribus & prauis id genus escis uictitant, omniũ, ut diximus, sunt deterrimi: adeo, ut si paulo diutius mortui permanserint, statim putrescant, et pessime oleant. isti aũt in cibo sunt prorsus iniucundi, & ad coquendũ difficiles, exiguumq; boni quidẽ alimenti, excremẽti aũt plurimum reddunt. Quare mirũ non est, si prauum succum in eorũ corporibus, qui quotidie illis uescuntur, congerant. Qui cum sint deterrimi, omniũ cõtra sunt prestantissimi, qui (ut diximus) in purissimo mari degũt, maxime ubi littora, quæ aquam in orbem ambiũt, terra nõ abundant: nec leuia, sed aut arenosa sunt, aut aspera. Quòd si præterea ad boreã spectẽt, longe erũt meliores. Cum enim exercitationes propriæ non parum ad succi
C probitatem omni animanti conferant, puritas adhuc eius uenti, qui aquæ miscetur, substantiæ ipsorum bonitatem auget. Perspicuum igitur ex ijs quæ diximus, est, mare alterum alteri in eo præstare, quòd aut purum planè est, aut fluuios multos & magnos excipit, ut Pontus. Pisces enim, qui in huiusmodi degunt, quanto stagnales antecellũt, tanto ijs, qui in puro mari degunt, sunt inferiores. Sunt autem & stagna quædam huiusmodi, quorũ quædam λιμνοθαλάττας appellant, ubi uidelicet fluuius magnus stagnum efficit, quod mari coniungitur. Et ut fluuius non stagnet, ubi primũ mari commiscetur, aqua ex salsa ac dulci est mista, & piscium caro, qui in ea aqua degunt, media est inter fluuialium & marinorum piscium carnem. Cõ-
D munis autem tibi sit hæc oratio, alijs quoq; piscibus, qui in fluminibus, & stagnis, & mari gignuntur: nam bona eorũ pars in utrisq; degit: cum marini fluuialem aquam fugiant: fluuiales autem ac stagnales, marinam. Mugilis uero omnium maxime aquis utrisq; utitur: eaq; ipsius natura est, ut à mari longissime discedens, aduerso flumine natet. Hic quidem mugilis numerosas ac paruas spinas nõ habet, uti nec alius quispiam marinorum: qui uero è fluuijs, aut stagnis mare ingreditur, nõ secus ac congeneres, plenus est huiusmodi spinarum. Nam omnium ferè piscium caro, qui in stagnis, aut fluminibus gignunẽ, tenuibus spinis plena inueniẽ, quas nullus marinorũ habet. Nã quo loco magni fluuij ostiũ mari cõmittitur, nonnulli quidem pisciũ fluuialium in mari, quẽadmodum

& marini quidem in flumine capiunt, quos diſcernas, eo quòd prędictas ſpinas, aut numeroſas, aut prorſus nullas habeant. Pauci ſanè fluuialiũ mare ingrediunt: at marini omnes fluuijs gaudent. Cõtinuo aũt & guſtus mandenti tibi, præſtantiorem mugilem indicabit. Iucundior nanq; ipſius eſt caro, & acrior, pinguedinisq; expers. Pingues contra, & ſoluti ſaporis, tum cibo, tum ad cõcoquendum ſunt deteriores: præterea ſtomacho ſunt noxij, & uitioſi ſucci: quapropter cum origano ipſos parãt. Quidam uero noſtrates, piſces in fluuijs genitos λευκίσκους nominant, rati diuerſos eſſe à mugilum genere: cætera tamen omnino animal animali eſt ſimile, niſi ꝙ λευκίσκος paulo eſt candidior, caputq; habet minus, & ſaporẽ acidiorẽ: alimẽti autem quod ab eo ſumitur, facultas eſt, qualem prius fluuiali mugili ineſſe diximus. Proinde de nomine, non de re eſt controuerſia. Quod aũt nouiſſe magis retulerit, id iam dicã. Hic piſcis unus eorum eſt, qui ſale cõditi aſſeruãtur. Nam ſtagnalis ſic conditus, multo ꝗ ante præſtantior euadit. quicquid enim mucoſum, aut uiroſum guſtũ refert, id totum deponit: Verum recens ſalitus, iam diu ſalito eſt melior. Sed de ſalitis quidẽ piſcibus paulo poſt ſermo cõmunis habebitur, ſicut & de ijs, qui hyeme inueterantur.

De lupo ſeu labrace. Cap. XXV.

Hunc piſcem in aquis dulcibus natum non uidimus, ſed è mari in flumina, aut ſtagna aſcendiſſe conſpeximus. Ideoq; paruus, raro: quẽadmodum mugilis, ſæpe inuenitur. Et quanq; pelagius ſit, ſtagna tamen maritima non fugit, nec fluuiorum oſtia: Pelagij enim uocantur, qui in mare profundũ ſecedunt. Alimentũ ſanè, quod tum ex hoc, tum ex alijs piſcibus prouenit, ſanguinem gignit conſiſtentia tenuiorem, ꝗ quod ex pedeſtribus animalibus ſumitur, adeo, ut non adfluenter nutriat, & celerius diſcutiat. Cum aũt nomẽ hoc tenuius nunc in duabus rebus inter ſe collatis, nunc citra collationem enũciemus, ſciendũ nos, cum ipſum ſimpliciter pronunciamus, ad ſanguinẽ medium inter extrema comparare. Extremæ autem prauitatis ſecundũ cõſiſtentiam, ſanguis eſt tũ craſſus, ut pix liquida: tum ſeroſus adeo, ut poſtea quam è uena effuſus concreuerit, plurimum habeat aquoſę humiditatis ſupernatantis. Laudatiſſimus uero eſt, qui inter hos exacte eſt medius, qui fit ex pane optime præparato (de quo primo libro egimus) et animalibus uolucribus, de quibus diximus, perdice ſcilicet, alijſq; id genus: quibus ex marinis piſcibus pelagij ſunt propinqui.

De mullo ſeu trigla. Cap. XXVI.

Hic quoq; pelagicis piſcibus annumeratur: celebratur autem apud homines, tanquam uoluptate cibos reliquos ſuperet. Omniũ fermè aliorum carnem habet duriſſimam & ualde friabilem: ꝙd idem ſignificat, ac ſi dicas nihil in eo eſſe lentoris, neq; pinguedinis. Nutrit certe, cum probe confectus fuerit, omnibus alijs piſcibus copioſius. Diximus autem antea, quòd cibus durior, ac craſſiorum partium, & (ut ſic dicam) terreſtris magis, ali-

A mentum corpori præſtat copioſius, quàm humidior ac mollior, præſertim quando præter id, ſubſtantiam habet corpori alendo accommodatam ac familiarẽ: quæ ſubſtantia uoluptate iudicatur. Nam alimenta, quę tota ſubſtantia ab alendis animalibus ſunt aliena, ea aut non prorſus, aut inſuauiter manduntur: ex familiaribus uero, quemadmodum humidius, minus nutrit, ita coquitur facilius ac diſtribuitur. Ergo mulli caro, iucunda quidem eſt, ut quæ alimentũ eſt hominum naturæ ac cõmodum: & quanq; alijs piſcibus ſit durior, mandi tamẽ quotidie poteſt, propterea ꝙ friabilis eſt & pinguedinis expers cũ quadã acrimonia. Nam pinguia & lenta cibaria, ſtatim ut ſumpta fuerint, celeriter implent, & appetentiã euertũt. Præterea B quod maius eſt, cõpluribus deinceps diebus ipſorum eſum nõ ſuſtinemus. Verũ mulli hepar propter uoluptatẽ à guloſis ſummopere expetit. Quidam uero ne ipſum quidem per ſe mandere uolunt, ſed oleum & garum, in uaſe cum pauxillo uini præparantes, in eo uiſcus ipſum tantiſper comminuunt, quoad totum ſimul ex ipſo & liquoribus illis præparatus ſuccus unus fiat ſimplex ad ſenſum ac ſimilaris, in quo mulli carnes intinctas mandũt. At mihi profecto nequaq; tãtæ ſuauitatis eſſe uidet, neq; tantã corpori utilitatẽ adferre, ut tãtopere ſit cõcupiſcendũ, uti nec ipſum caput: quanq; guloſi hoc quoq; laudãt, ac ſecundas poſt iecur ferre prædicãt. Cæterũ intelligere nequeo, cur permulti grãdiſſimos mullos emptitẽt, cũ nec C adeo ſuaui ſint carne, ut minores: nec ad coquendum facili, ut quæ dura admodũ eſt. Ob eã igitur cauſam, cum quendã aliquãdo interrogaſſem, qui ingenti pecunia pręgrandes mullos emerat, quid eſſet, ꝙ illos tantopere expeteret, reſpondit ſe primũ propter hepar illos tãti emiſſe: tum aũt & propter caput. Verum hactenus de mullis hæc dixiſſe, huic ſermoni, in quo utilitatem inquirere inſtituimus, ſatis fuerit. Porrò optimi mulli fiunt, ut alij etiam omnes piſces, tũ propter mare purũ: tum maxime propter alimenta. Nam qui cancellos uorãt, & grauiter olent, & inſuaues ſunt ac ad coquẽdum difficiles, & mali ſucci. Hos porrò dignoſces, ſi prius quidem ꝗ ueſcare, uentrẽ reſeraris: inter ueſcendum uero ipſe ſtatim guſtus ac olfactus D iudicium adferet.

De piſcibus ſaxatilibus. Cap. XXVII.

Scarum, merulam, turdum, iuliam, fucam, percam à locis, in quibus uerſari comperiuntur, piſces ſaxatiles appellant. Non enim in læuibus, aut arenoſis, aut terreis littoribus, ſed in petroſis promontorijs, & ubi ſaxa ſunt, deliteſcunt, ac pariũt. Inter hos autem ſcarus excellere ſuauitate creditur, ſecundum hunc, merulæ ac turdi: tertio loco, iuliæ, fucæ, ac percæ. Porrò alimentũ, quod ex eis ſumitur, non modo ad coquendum eſt facile, ſed hominum etiam corporibus eſt ſaluberrimum, ut quod ſanguinem mediũ cõſiſtentia generet. Medium autem uoco, qui neq; admodum tenuis eſt, neq; aquoſus, neq; uehementer craſſus. At cum magna huius medij ſit latitudo, de ipſius differen-

tijs procedente sermone disseremus.

De gobione. Cap. XXVIII

Gobio littoralis est piscis, ex eorum etiam numero, qui parui perpetuo manent. Præstantissimus autem ad uoluptatē, coctionem, simul ac distributionem, & succi bonitatem est is, qui in arenosis littoribus aut saxosis promōtorijs uiuit. Nō autem æque est iucundus, neque boni succi, neque ad coquendum facilis, qui in fluminum ostijs aut stagnis maritimis uersatur. Quòd si aqua limosa quoque fuerit, aut fluuius urbem expurget, gobio, qui in eis gignetur, erit deterrimus: ceu alij omnes pisces, qui in aquis huiuscemodi uersantur. Merito igitur in saxatilibus piscibus nullum est inter congeneres discrimen manifestum, ut qui perpetuo in purissimo mari degāt, aquamque dulcissimam, & eā quę ex eiusmodi & marina est mista, fugitēt. Secūdis aūt post hos pelagicis idem accidit: neque enim hi tantū inter se dissident, quantum qui in utrisque aquis uersantur: horum nanque, qui in purissimo mari degunt, suorum congenerū sunt præstantissimi: cōtra omnium sunt pessimi, qui in fluminibus urbes expurgātibus uictitant. Medij uero inter hos sunt, qui in medijs locis uersant̄. Diximus aūt hæc etiam supra, cū de mugile agebamus. Cæterum gobionū caro, ut carne saxatilium est durior, ita mollior quam mullorum. Ipsa igitur pro portione uescentium corpus nutrit.

De piscibus molli carne præditis. Cap. XXIX

Philotimus in tertio De alimentis, de piscibus carne molli præditis, ad uerbum sic scripsit, Gobiones autem, & fucæ, iuliæ, percæ, murenæ, turdi, merulæ, lacerti, ad hæc asini, hamiæ, passeres, iecorarij, cithari, umbræ, atque mollium carnium genus uniuersum, facilius quàm alij pisces conficiuntur. Ipsum sanè iure quis demiretur, quonam pacto scarum prætererit, cum is inter pisces saxatiles primas teneat, quibus omnibus caro inest, quam alijs piscibus, mollior ac friabilior. Quidam enim ipsorum molli quidē sunt carne, sed nullam habēt friabilitatem, ut quibus succus quidam lentus ac pinguis insit: alij nihil lentoris, nec pinguedinis habentes, in eo quidem saxatilibus sunt similes, carnis tamen duritie ab eis discrepant, cuiusmodi sunt pelagici propemodum omnes, nisi siqui ipsorum prauo alimento propriam carnem corrumpant, ut mulli, qui cancellos mandunt. Cancelli autem parua sunt animalia flauo colore, minimis cancris similia. Saxatiles uero, nec alimenta, nec loca mutāt, nec dulcibus aquis utunt̄, ob eamque causam om̄es perpetuo sunt inculpati. Quos Philotimus quidem asinos nominauit, alij aūt asellos nominant, siquidem probo utantur alimento, & mari puro, carnis bonitate cum saxatilibus contendent: qui uero prauo alimento utuntur, aut in aquis mistis, & potissimū si eæ uitiosæ fuerint, degunt, carnis quidem mollitiem non abijciunt, sed pinguitudinē ac lentorē acquirunt, propter quā neque suaues amplius, ut ante, manēt, sed alimentū ex seipsis excrementiciū reddūt. In omnibus porrò piscibus, id communiter, ut diximus, memoria

A tenere oportet, pessimos gigni in eorum fluuiorum ostijs, qui latrinas expurgant, aut culinas, aut balneas, aut uestium ac linteorum sordes, aut siqua sunt alia in urbibus, per quas medias fluunt, expurganda, & potissimum si populosa urbs fuerit. Quin & ipsius murenæ, quæ in eiusmodi aqua degit, caro deterrima inuenitur: quanquam certe neque flumina ipsam subire inuenias, aut in stagnis gigni, pessima tamen in huiusmodi fluuiorū ostijs, qualis est Tyberis Romam præterfluens, euadit: eoque in ea urbe omnium ferè marinorum piscium minimo emitur: quemadmodum & qui pisces in eodem flumine nascuntur, quos nonnulli Tyberinos appellant, tanquam speciem habeāt propriam, nulli marinorū similem. Quod autem mistione

B eorum, quæ ex urbe in fluuium influunt, fiant deterrimi, ex eo intelligere poteris, quòd meliores sunt, qui in eodem fluuio nascuntur, prius quam is ad urbem perueniat. Quin & alius quidam est fluuius in Tyberim trecentis & quinquaginta stadijs ab urbe prorūpens, quē Nar appellant, qui pisces habet longe Tyberinis præstantiores. Nam & ab ipsis statim fontibus magnus oritur, & purus perpetuo decliui rapidoque fluxu in ipsum usque Tyberim profluit: nusquam prorsus ne tantillum quidē restagnans. Porrò qui propter cōsuetudinē uernaculos pisces experientia habēt exploratos, ijs memoratis paulò ante indicijs ad ipsos dignoscēdos nihil opus fuerit. Quibus uero eorum usus est insolitus, siue ex alia ciuitate eò migrarint, siue sint

C incolæ, hæc omnia statim initio expendant, prius quam à propria experientia ad cognitionem naturæ singulorū piscium adducantur. Nō igitur oportebat Philotimū simpliciter de omnibus tenera carne præditis piscibus simul tractare, neque saxatiles alijs indiscriminatim permiscere. Hi nanque semper sunt optimi: quod asellis minime contingit, nec murenis, ut ne gobionibus quidem. Etenim quidam ex his in fluuijs & stagnis, alij autē in mari nascuntur, alij in stagnis maritimis, quæ uocāt, aut omnino in aquis permistis, ubi magni fluuij ostium mari committitur. Plurimum certe particulatim inter se dissident, ut mugiles & murenæ. Aselli uero his quidem minus: ueruntamen hi quoque inter se non mediocriter discrepant. Cæte-

D rum gobiones non perinde mollem, ac isti & saxatiles pisces, carnē habent, ueluti nec umbræ, quæ σκινίδες aut σκιαῖναι duplici nomine appellant̄. Quod uero ad citharos attinet, Philotimū uehementer miror: quibus cum rhombus sit adsimilis, carnem tamen habet ipsis molliorem, cum interim asellis longe sit inferior. Et hos igitur, & alios quos uocant iecorarios, atque alios, quos Philotimus saxatilibus & asellis permiscuit, scito in medio esse piscium duræ carnis ac mollis. Nam nondum duræ quidem carnis sunt, & ab ijs, qui exacte sunt molles, superantur: quibus & soleam Philotimus non annumerauit: nec saxatilibus scarum: nisi sanè passeris nomine soleam intelligat. Similes enim quodammodo inter se sunt passer & solea: nō tamen omnino eiusdem sunt speciei: Solea

lea enim mollior est, & cibo suauior, ac in totum præstantior quàm passer. Quin & lacerti medij quodammodo sunt inter pisces carnis mollis ac duræ: nullus tamen memoratorum piscium aceto, aut sinapi, aut origano indiget, ueluti pingues, lenti ac duri. Quidam etiam frixis ijs in sartagine uescuntur: aut assant, aut in patinis condiunt, ut rhombos & citharos. Verum hi coquorum in patinis apparatus, cruditatis in totum sunt causæ. ad coquendum autem sunt præstantissimi, qui ex albo iure fiunt, quod ad hunc modum fit, Copiosam aquam primum inijce, deinde olei quod satis sit adfundito, cum pauco anethi & porri: deinde cum pisces semicocti fuerint, salis tantum inspergito, quoad totum ius salsum nondum appareat. Hęc pręparatio uel ægrotis ipsis est accõmoda: quibus uero inculpata est sanitas, ijs piscium in sartagine frixorum: secundo loco super craticula assorum, præparatio est accõmoda, uerum hęc sanè oleum garumq; cum pauco uino exposcit: frixis uero plus uini gariq; addere conuenit, minus olei. Quòd si quibus id stomachum subuertat, paratum habeant acetum, modicum in se gari piperisq; continens. Qui enim ad condimentum transeunt, melius concoquunt, & deiectio nihil eis deterius procedit: cuius potissimum gratia ex uino & garo quidam frixos pisces mandunt, plerisq; piper immittentibus: paucis, oleum. Nõnulli autem ex memoratis piscibus, cum frixi fuerint pauco sale inspersi, in cibo simul sunt suauissimi, præterea ad coquendum fiunt meliores ac stomacho utiliores, quàm si alio quouis modo essent apparati. Omnium autem memoratorũ piscium alimentũ hominibus ociosis, senibus, imbecillibus, & ægrotis est accõmodatissimũ: qui uero corpus exercent, cibos postulant firmiores: de quibus supra disseruimus. Diximus aũt sæpenumero molles & friabiles cibos ad sanitatem maxime conferre: quòd ij omnium optimi sint succi. Nihil enim est, quod ad firmam ualetudinẽ tutandam adeo conferat, quàm succus bonus.

De piscibus duræ carnis Cap. XXX

De his quoq; in secundo De alimentis Philotimus ad uerbum sic scripsit: Dracones, cuculi, musteli, scorpij, pagri: ad hæc trachuri, & mulli: acrursum cernuæ, glauci, scari, canes, congri, hamiæ, libellæ, omnesq; duræ carnis pisces, ægre conficiuntur, succosq; crassos, & salsos in corpus distribuunt. hæc quidem Philotimi sunt uerba: nos uero singula eius dicta, ab ipso initio expendamus. Dracones quidem ac cuculi, omnibus ijs qui ipsis uescuntur, duram habere carnem, manifeste apparent: Mustelorum uero non una est species. Nam qui piscis apud Romanos in maximo est pretio, quem galexiam appellant, ex genere est mustelorum: qui ne in Græco quidem mari usquam nasci uidetur: quæ causa est cur Philotimus ipsum ignorasse uidetur: id tamẽ nomen in exemplaribus dupliciter scriptum inuenitur, in quibusdam enim γαλλεοὶ, per tres syllabas: in aliis γαλλεώνυμος, per quinque. Et liquet sanè cele-

A brem illum apud Romanos galexiam in eorum numero, qui molli carne constant, esse habẽdum: reliqui uero musteli dura magis carne sunt prædití. Deinceps autem Philotimus scorpium, trachurum, mullum, cernuam, glaucum, inter duræ carnis pisces recte connumerat: in eo autem peccat, quòd scarum (qui piscis est saxatilis) illis accenset: post hæc autem canem adscribit, quem in cetaceorum genere numerare oportebat, ut qui carnem duram habeat, atq; excrementitiã. Quapropter ipso in partes secto, ac salito uulgares homines uescuntur. Ingrati enim est saporis, ac mucosus. Ideòque cum sinapi & oxelæo, atq; id genus acribus intritis eum mandunt. Ex hoc item genere sunt balenæ, & delphini, & phocæ. Ad quos

B proxime magni thunni accedunt: quanquam nõ æque ac prædicti, in cibo sunt iucundi: insuaues enim sunt hi, & præsertim recentes: nam salsi euadunt meliores: Thunnorum autem caro, qui & ætate & corporis mole sunt minores, non perinde dura est, eoq; hi facilius quoq; concoquuntur, & ijs adhuc magis pelamides, quę sale cõditæ, laudatissimis salsamentis nõ cedunt. Plurimæ hæ ex Ponto aduehuntur, ex Sarda, his solum quæ ex Iberia importanť, inferiores. Hoc nãq; salsamentũ iure in summo pretio habetur, tum propter uoluptatem, tum propter carnis mollitiem. Vocantur autem passim usitato nomine salsamenta huiusmodi, Sardæ. Post sardas autem ac pelamides myli qui ex Ponto adferuntur, præcipue cõmen-

C dantur. Post ipsos sunt graculi. Hæc itaq;, uelut obiter de salitis piscibus sunt dicta. Libellarũ porrò haud perperàm Philotimus inter pisces duræ carnis meminit, uerum unà etiam earum insuauitatis mẽtionem facere oportebat, ceu aliorũ quoque, quos omnino prætermisit. Congrũ uero, pagrum, hamiam, & aquilam recte duram carnẽ habẽtibus annumerauit. Suntq; alij quidam pisces, ut ipse inquit, duræ carnis, quorum nomina suppressit, quòd eis homines raro utantur. Quare satius est nos quoq; omissis nominibus, ipsorum facultates inquirere. Haud ergo male censuit Philotimus duræ carnis pisces ægrius, quàm mollis cõfici. Siquidem tũ concoctio, quæ in uẽtriculo fit, tum in singulis corporis partibus alendis assimilatio, in mollioribus quidem, facilius: in durioribus uero, ægrius fit. Illa nanq; fiunt, cum hæc alteranť. Por-

D rò quæ molliora sunt, ea facilius alterantur, quòd facilius etiam patiantur: eorum autem, quæ alteranť, affectio est alteratio. Proinde recte dixit pisces duræ carnis ægre confici: recte etiam crassum succum gignere. Durior nanq; cibus crassiorẽ habet substantiam: ut mollior tenuiorẽ. An uero salsum quoq; succum dura cibaria procreẽt, deinceps erit considerandum. Philotimus nanq;, ut & eius præceptor Praxagoras, salsum succum ex ijs quæ supra modum calefiunt, generari tradit. Mihi uero non simpliciter, sed cum limitatione id pronũciandũ uidetur. Quoniã uero sermo hic ad omnia dura cibaria communiter pertinet, proprio illum capite seorsum deinceps discutiemus.

An dura omnia per decoctionem salsos succos gignant. Cap. XXXI

Non solum in piscibus duræ carnis, sed in alijs etiam omnibus duris cibis, Praxagoras & Philotimus salsum humorem ex diuturniori decoctione gigni arbitrant. Quem nō salsum modo, sed etiam nitrosum appellāt. Equidē cōperio plurimorum, aut si uis etiā omnium decoctum, quandiu coquitur, salsius semper euadere: post aūt (ut & ipsi uolunt) amarū. At uero corpus ipsum solidum, quod in aqua elixatur, qualitates, quæ initio sibi inerāt, in ea deponit ita: ut tandem ἄποιον, quod uocant, & aquosum euadat, neq; quicq; salsedinis aut amaritudinis, aut acrimoniæ, aut adstrictiōis habeat. Clarius aūt huiusce rei ueritatē intelliges, si quādo quod elixas, in aliā aquā transfusum, rursus elixaris. Inuenies nanq; id, quod decoquit, propriā amisisse qualitatē, aquam aūt eam in se recepisse. Quamobrem lupini, qui ex cerealibus sunt cibis, aquam amarā efficiunt: ꝙ & ipsi qualitatē amarā habeant congenitam. Sic & eruum, & absinthium, abrotonum, polium, & alia omnia amara: at solidum corpus, quod decoquitur, minus amarū apparet. Quod si in aliam aquā transfundens, rursus (ut paulo ante dixi) decoxeris, magis etiam ꝙ ante amarorē abiecisse deprehendes. Quòd si tertio, aut quarto in aliam aquā transfuderis, magis adhuc id accidet ꝙ prius, adeo ut tandem omni prorsus amaritudine sit cariturum. Ad eundē modum, quæ acria sunt, ut allium, cæpa, porrum, aquam, in qua elixa fuerint, manifeste acrem efficiunt: suum aūt propriū corpus minus acre habēt. Quòd si subinde in aliam aquam ipsa transmutaris, omnem prorsus acrimoniam deponent. Quin etiam mala acerba, mespila, & pira syluestria, quāto magis coquas, tāto dulciora ipsa efficias, ipsum uero decoctum, acerbum efficitur. Si uero succos ipsos solos per se coxeris, primum quidem salsiores: postea autem amari etiam fiēt. Quamobrem, quod ad succos attinet, Praxagoram ac Philotimum recte sensisse (ut diximus) est cōcedendum: de solidis uero corporibus res aliter habēt, ac censuerunt. Nam si, ut paulo ante diximus, ex prima aqua ad secundam ipsa trāsferas, & post illam rursus in tertiam, aut etiam quartā: cōperies ea prorsus priorem succum deposuisse, adeo ut degustantibus aquea insipidaq; appareant. Quòd si aquam non mutes, primo quidem decoctum necessario salsius apparebit, postea uero amarū. Verum ius ipsum in primis Praxagoram fefellisse uidetur, q̄d per elixationē salsius redditur: nō intelligētem, ꝙ sale aut garo statim initio conditura in aquā iniecto, necessario procedente coctione succus salsior, quàm ante efficitur. Quemadmodum etiam si nulla alia re immissa puræ ac dulcissimæ aquæ salis minimum permisceas. Nam ea quoque feruefacta, salsior redditur: nec nimirum, cum ipsa aqua optima diutius decocta, salsam qualitatē tandem assumat.

De animalibus, quibus testa pro cute est. Cap. XXXII

Cum id quod totum corpus ceu uestimentum

A quoddam cuiq; natiuum ambit, cutis appelletur, eiq; buccinarum, purpurarum, ostreorum, hiatularum, & aliorum id genus, tegumentū proportione respondeat: idcirco hæc animalia ostracoderma appellant. Tegumentum enim, quod extrinsecus ipsis est circūdatum, testę aut lapidi palàm est simile. Omnibus porrò eiusmodi est cōmune, ut salsum in carne succum contineant, qui aluum subducit, quod seorsum unicuiq; magis minúsue inest, pro qualitatis ac quātitatis ratione. Siquidem ostrea inter alia testacea carnem habent mollissimam: paruæ aūt hiatulæ, uertebræ, ungues, purpuræ, buccinæ, omniaq; huiusmodi duram. Non absre igitur ostrea quidem aluum ualētius subducūt: corpus aūt imbecillius nutriunt: duriora uero difficilius quidem concoquuntur, sed firmioris sunt

B nutrimenti. Verū hæc quidem omnia elixantur: ostrea uero citra elixationē mandūt: quidam aūt etiam in sartagine frigunt. Quemadmodum autem ex testaceis animalibus, quæ dura sunt carnē ad cōcoquendū, ita etiā ad corrumpendū habent difficilem: ob eamq; causam ea sæpius ijs exhibemus, quib. cibi in uētriculo ob prauos succos corrumpuntur, siue ex iecore in eum cōfluant, siue in ipsius tunicis cōtineantur: habent aūt omnia, ut diximus, succum salsum uentri deijciendo idoneum: sed minus quæ dura carne sunt, quàm ostrea. Proinde cibum corrumpentibus ea exhibemus, bis terúe in optima aqua elixantes: & cum prior salsa iam apparuerit, in aliam puram trāsferentes.

C Gignitur autem ex ipsis succus crudus, quem uocāt, plurimus: ut ex ijs quæ molli sunt carne, pituita. Quemadmodū igitur (cum succū salsum exuerint) caro ipsorū corruptu est difficilis, & aluum sistit, ita si quis ipsos sale, aut garo condierit (quomodo hiatulas solent) succūq; ex ipsis genitum ebiberit, uenter quidem ei abunde deijcitur, corpus tamen nihil ex eo sumet alimenti.

De crustatis. Cap. XXXIII

Astaci, paguri, cancri, locustæ, carides, gammari, ac id genus alia, tenui testa concluduntur, duritieq; testaceis sunt similia: sed minus ꝙ illa salsi humoris continent: quanq; eum habent satis multū. Dura uero in totum carne constāt: ideoq; et ad coquendum sunt difficilia, & firmi alimenti, cum scilicet in aqua potulenta præcocta fuerint. horum

D quoq; caro, ut ostreorum, cum præcocta, ut dictū est, succum salsum in aqua deposuerit, aluū sistit. Aegre etiam corrumpuntur, nō secus ac testacea, quæ duram habent carnem.

De mollibus. Cap. XXXIIII

Mollia uocantur, quæ neque squamas, neque asperam cutim, aut testaceam habēt, sed mollem, instar humanæ: cuius generis sunt, polypi, sepiæ, lolligines, & alia quæ his sunt similia. Hæc certe quoniam neq; squameum, neq; asperum, neque testaceum tegmen gerunt, mollia tangenti apparent: duræ tamen sunt carnis, & ad coquendum difficilia, exiguumq; in se succum salsum continentia. Si tamen concoquantur, alimentum non paucum corpori exhibebunt. Cæterum hæc

quoque

quoque succi crudi plurimum gignunt.

De chartilagineis. Cap. XXXV

Horũ animaliũ cutis est aspera, ac noctu splendicans, ideoque nonnulli ἀπὸ τοῦ σέλας ἔχειν, hoc est, quia splendorem habeant, σελάχια ipsa aiunt fuisse nominata. Inter ipsa autem torpedo & pastinaca, carnem habẽt mollem, ac iucundã, ceu & mediocriter per uentrẽ subeuntẽ, nec cõcoctu difficilem. Nutriunt item mediocriter, ceu alia quoque omnia, quæ carne molli sunt prædita. Cũctis porrò id est cõmune, ut quæ partes ad caudã sunt, medijs partibus sint corpulentiores: id quod in torpedinibus præcipue inest. Nam horũ animaliũm partes mediæ uidentur in seipsis habere uelut charthilaginẽ quãdã flaccidam. Raia aũt, leuiraia squatina, omniaque huiusmodi, duriora sunt, & con coctu difficiliora, alimentique copiosioris, quàm torpedo & pastinaca.

De cetaceis animalibus. Cap. XXXVI

Diximus quidẽ iam ante de cetaceis animalib. quæ marina sunt: in quo numero sunt phocæ, balenæ, delphini, & libellæ, ac grandiores thunni: & præter illa canes, quæque his sunt similia: nunc aũt de ipsis quoque in summa dicẽdum, quod omnia eiusmodi duram, & praui succi, atque excrementitiam habent carnem. Quapropter sale prius condientes, ipsis ut plurimum utuntur, alimentum, quod ex ipsis in corpus distribuitur, ea salitura tenuius efficientes, eoque coctioni, & sanguini faciendo accommodatius. Nam recens horum caro, ni ualde probe cõcoquatur, crudorum succorum copiam magnam in uenis congerit.

De echinis marinis. Cap. XXXVII

Ex mulso eduntur hi & garo alui subducendæ gratia. Paranturque in patinis, ouis, pipere, melleque iniectis. Imbecillis sunt alimẽti, ac medij inter ea, quæ humores extenuant ac densant.

De melle. Cap. XXXVIII

Omnis alimẽtorum materia hactenus duobus generibus est cõprehẽsa, quorũ alterum quidem ipsorum à plantis: alterum uero ab animalibus sumebatur: ab utroque uero ipsorum mel est secretũ. Oritur enim in plantarum folijs: est autem neque succus earũ, neque fructus, neque pars, sed eiusdẽ cũ rore generis: nõ tamẽ assidue, nec copiose, ut ille, prouenit. Memini aliquando, cum æstate super arborum, ac fruticũ, herbarumque folia, mel quãplurimũ fuisset repertũ, agricolas uelut ludentes cecinisse, Iuppiter melle pluit. Præcesserat aũt nox, ut per æstatem, bene frigida (nam tum tempus anni æstiuum erat) pridieque calida & sicca fuerat aeris temperies. Peritis quidẽ naturæ interpretibus uidebatur, halitus è terra & aquis à solis calore sublatos, ac deinde exacte tenuatos ac coctos, à frigore secutæ noctis concretos coaluisse: apud nos uero raro id accidit: in monte aũt Libano quotãnis per sæpe. Itaque coria super terrã extendentes, & arbores excutientes, quod ab eis defluit, excipiunt, & ollas ac fictilia melle implent: uocantque id mel roscidum & aeriũ. Proinde constat materiã, ex quã mel generatur, rori esse congenerẽ: uidetur aũt &

A ex plantis, in quarũ folijs colligitur, boni maliúe quidpiã ipsi accedere. Ideoque laudatissimũ in locis mel gignitur, in quibus thymus, & aliæ quædam herbæ ac frutices temperamento calidæ & siccæ, affatim proueniunt: tenuiorũ enim est partium id mel, quod in huiusmodi plantis generatur: ideoque in calidis corporibus propte in bilem uertitur: frigidis uero, siue per ætatẽ, siue morbum, siue natura talia fuerint, est accõmodatissimũ: ob id in sanguinẽ mutatũ, nutrire ipsa potest: in calidis uero prius in bilem quàm in sanguinẽ mutatur. Cum aũt tenuium sit partiũ, acrimoniæ quiddã habeat est necesse, qua aluum ad excretionẽ proritet, quam certe adimentes, ipsum efficimus ad distributionẽ & coctionẽ accõmodatius: cõmodissime aũt ipsam

B adimemus, si primum multũ illi aquæ admiscuerimus, ac deinde tãtisper coxerimus, quoad spumare desinat: oportet aũt spumã statim ut emerserit, continenter ab ipso tollere. Cum enim hac parandi ratione acrimoniã deposuerit, neque amplius aluum ad excretionẽ irritet, haud cunctanter in corpus distribuetur: Mel uero, quod paulisper, aut nihil omnino coctum fuerit, prius deijcitur, quàm concoqui, & in corpus distribui, & nutrire possit. Præterea in eo differunt, quod mel nõ plenè coctum, in uentriculo atque intestinis flatus quosdã gignat: contrà quod in decoctione spumam omnem abiecerit, flatus est expers, & urinam mouet. Quòd si quis citra aquæ admistionẽ, mel solũ delingat, nutriet quidem infirmius, sed aluum promptius deij

C ciet. Largius uero sumptum, uentrẽ superiorẽ ad uomitum solet concitare. Elixum autẽ sine aqua, neque uomitũ similiter mouet, neque aluũ subducit: uerum distribuitur, & nutrit magis: urinã aũt minus eo, quod cum aqua est elixum, ciet: quanquã ne tum quidem cũ nutrit, alimenti multũ corpori exhibet, adeo ut non defuerint, quibus nihil prorsus alere uideretur: qui abunde cõfutantur in tertio De uictus ratiõe in morbis acutis, qui Hippocratis est liber, à nõnullis quidem contra Cnidias sententias inscriptus, ab alijs de ptisana: utrisque in hoc delinquentibus: uti in cõmentarijs in eum librum scriptis ostendimus: in præsentia uero satius erat ea de melle dixisse, quæ diximus, quorũ summa est. Senibus quidem ac in uniuersum frigidi

D temperamenti corporibus, mel esse accõmodum: ætate autem florentibus & calidis, in bilem uerti. Præterea nobis exiguum alimentũ ex ipso accedere, si non prius in bilem uertatur: quod si ei id accidat, tunc nihil prorsus nutrire posse. Clarũ aũt est, quod pallidam, & flauam bilem ex eo gigni dicimus, non atram. Diximus enim iam sæpenumero, medicos solere bilem eiusmodi simpliciter, citra coloris adiectionem nominare: reliquas uero biles omes, cum coloris sui nomine explicare: alias autem omnes porracea excepta, cum corpus grauiter ægrotat, excerni uidemus. Flaua uero, & pallida, & porracea etiam sine morbis, euomũtur sæpenumero, ac deijciuntur.

De uino Cap. XXXIX

Vinum quidem ex eorum esse numero, quæ

nostrum corpus alunt, omnes fatentur. Nam si modo quicquid alit, alimentum est, uinũ etiam in genere alimentorum est ponendum. Quidam tamen medici negant id alimentum esse appellandum, quod potus in sermone quotidiano, alimento sit oppositus, qui potio etiam appellatur, uelut alimẽtum, & cibus, & esca, & edulium. Ob eamq́ causam uinum nolunt uocare alimentum: quanquàm alere ipsum non diffiteantur: quam rem in præsentia requirimus. Quòd si etiam alias quasdam materias alere quidem concederent, alimenta tamen nominare uetarent, omnium earum doctrinam in unum uolumen conferremus. Cum autem solum uinum nolunt appellare alimentum, tametsi ipsum nutriat, permittãt nobis tractui de alimentis breuem de uino sermonem adiungere. Quas enim uires Hippocrates in libro De uictus ratione in morbis acutis enumerat, non ut alimẽti sunt, sed magis ut medicamenti. Illas quidem et in tertio cõmentariorum in illum librum, et in methodo medendi, ac sanitatis tuendæ libris exposuimus: in præsentia uero ipsius differentias in alendo, sumus tradituri, sumpto hinc initio. Vinorum omnium rubra simul & crassa, sanguini generando sunt accommodatissima, ut quæ minima egeant mutatione, ut sanguis fiant. Post ipsa sunt nigra crassaq́ & dulcia, tum quæ colore quidem rubra sunt, & nigra: consistentia autem, crassa, unà cum adstringendi qualitate. His autem minus sua natura alunt, quæ alba sunt simul ac crassa & acerba: omnium autem minimum nutriunt, quæ colore quidem sunt alba: consistentia autem, tenuia, et aquis hydromeliti faciẽdo appositis quodam modo similia. Quòd uero uina crassa magis quàm tenuia alãt, declarat ipsorum natura, preterea experientia id ipsum cõprobat. Dulcia uero conficiuntur in uentriculo, ac distribuuntur facilius, quàm austera, ut quæ facultate sunt calidiora. Quæ autem admodum sunt crassa, tardius quidem perficiuntur, ac distribuuntur: si tamen in uentriculum adeo robustũ incidant, ut confici recte ab eo possint, alimentum copiosius corpori exhibebunt. Constat præterea, quòd quemadmodum hæc corpori alendo tenuioribus sunt præstantiora, ita ad urinam ciendam sunt deteriora.

De cibis sale conditis. Cap. XL

De cibis sale conditis, & medijs, ad finem operis scribere distulimus: ne hęc igitur desiderentur, tempestiuum iam fuerit utrorumq́ uires explicare. Animalium corpora, quorũ carnes duræ simul sunt ac excremẽtitiæ, ad saliendũ sunt accõmoda: uoco aũt excremẽticias (ut superiori sermõe) quę per totas sese diffusum habent humorem pituitosiorem: qui quãto copiosior fuerit ac crassior, tanto caro si saliatur, melior euadet. Quæ uero aut admodum mollem, aut ualde siccum, & minime excrementosum habent corporis habitum, ad saliendum sunt inepta. Salis nanq́ facultas (ut in opere de simplicibus medicamentis, demonstrauimus) est composita: nam corporum, quibus ad-

A mouetur, humores superfluos tenuat ac digerit, et præterea corpora ipsa cogit in sese ac condensat, cum nitri spuma ac laxum aphrolitrum tenuare quidem & discutere possint, cogere uero & condensare non possint. Corpora igitur, quæ natura sunt sicca, salis conspersu exarefacta, cibo fiunt inepta: quidam enim leporem salire aggressus, mustellis exiccatis similem reddidit. Suum uero obesorum ac ætate florentium carnes, ad saliendum sunt appositæ, ut quę utriusque excessus sint expertes, annosorum uidelicet siccitatis, & nouellorum porcellorũ immodicæ humiditatis. Quemadmodum enim corpora sicca, salita, corijs euadunt similia: sic contra quæ immodica humiditate diffluunt, salis commercio contabescunt. Ob

B eam causam nec pisces mollis carnis, & excrementis uacui, ut quos saxatiles uocant, & aselli, qui in puro mari degunt, ad saliendum sunt accommodi. Graculi uero, & pelamides, & myli, sardæ, & sardenæ, quæq́ saxatina uocant, & salsamenta, ad saliendum sunt appositi: præterea ex marinis belluis, cetacea salita, euadunt meliora: habẽt enim & ipsa carnem excrementosam. Mulli uero, quòd dura eorum caro sit, & ab excrementis pura, non sunt ad saliendum accommodi. Ex his autem perspicuum est, ea ad coquendum esse difficillima, quæ sale condita, dura euadunt ac neruosa, & ueluti cutacea ac coriacea. Quæ uero contra habent, tenuia quidem ipsa redduntur: mansa autem, humores crassos ac glutinosos te-

C nuant. Præstantissima autem omnium, quæ mihi experientia cognoscere licuit, sunt, quæ à ueterib. medicis sardica salsamenta nuncupantur, hodie sardas uocant: & myli, qui ex Ponto aduehunt. Secundũ aũt post illa locum habent graculi, & pelamides, & quæ saxatina appellant.

De medijs edulijs. Cap. XLI

In singulis differentijs, quas alimentis inesse diximus, quædã sunt media. Etenim inter ea quę molli sunt carne & quæ dura, medium quiddam reperias, quod nec molli, nec dura sit carne: similiter inter tenuantia & incrassantia: calfacientia & refrigerantia: siccantia & humectantia. Atque animalibus naturalem temperiem inculpatã quidem seruantibus, similia suis naturis cibaria con-

D ueniunt. Iis uero, quæ prauam temperiem, aut ab initio sunt sortita, aut post acquisiuerunt: non similium sibijpsis esus, sed contrariorum est utilis. Seruatur enim similibus, quod probe secundum naturam est temperatum: quemadmodum quod male est temperatum, à contrarijs ad proprium temperamentum adducitur. Itaq́ singulæ animalium naturæ suum proprium medium habebunt, ut homo quidem tale, canis autem tale, atq́ ita in alijs omnibus. Præterea huic homini sigillatim tale secundum hanc & illam ætatem, ad hæc etiam secundum uitæ conditionum, atq́ institutorum, & regionum, in quibus iamdiu habitant differentias.

ARGVMENTA CAPITVM IN LIBRVM GALENI DE NVTRIMENTIS boni & mali ſucci, ſimulq; uel tenuis uel craſsi: uel tenacis, uel non tenacis.

Cap. 1. Vitioſos corporis ſuccos ex prauis nutrimentis (qualia famis tempore ingerũtur, ut legumina, fruticum & arborũ germina, bulbi & aliæ radices, etc.) colligi, & diuerſos morbos producere: Quod probat per hiſtoriã caritatis annonæ ſui temporis: in qua multis (ut ſcribit) uaria per cutim oborta ſunt ulcera, quorum nonnulla impetiginem uel ſcabiem uel lepram referre uidebantur: Item febres, dyſenteriæ, teneſmi, ueſicæ mala, uiſcerum inflãmationes: & ſanguis, ſi quibus ab initio morbi uena ſecta fuerat, igneus uel ater, uel ſeroſus, uel mordax erat, ut cicatrix ægre coiret. Nonnullis cum febribus deliriũ accidebat, uel ſopor, & alij diſſimiles contrarijq; inter ſe affectus, ut uictus etiam diſſimilis erat. Quod ipſe nonnullos interijſſe uiderit ab eſu fungorũ, aut cicutæ aut ferulæ. 2. Digreſſio: Quod ut in ſuperficie corporis uaria tumorum & abſceſſuum genera fiunt, ſic intus in corpore ſimilia naſci. Contra illos qui Hippocratis doctrinam relinquunt, & tumorũ cauſam non ex humoribus, ſed aliunde petunt. Nõnullos ſenes agnoſcentes errorem ſuum, Hippocrati tamẽ palàm non cõſentire, ne ſi reuocauerint ſectam ſuam, in contemptum apud homines & ignominiam incurrant. Præcipue accuſandos eſſe ſectarum authores, qui humoribus etiam malis et uenenoſis morborum cauſam non adſcribunt. De ui uenenorum. 3. De patre ſuo, et ſeipſo: ꝙ adoleſcens fructibus ijs quos horæos, id eſt fugaces uocant, abunde uſus, et acuto morbo implicatus, uenam incidere coactus ſit, decem et ſeptem ſolũ annos natus: deinde mortuo patre, cum iam nouendecim annorum eſſet, eãdem ob cauſam ſimili morbo correptus, iterũ uenam incidit. Deinde cum ad uiceſimũ octauum uſq; annum uel ſingulis uel alternis annis ægrotaret, tandem horæis fructibus prorſus renunciauit, ficubus tantum exceptis uuiſq; maturis, quæ tamẽ moderatè ſumebat. Et ꝙ ab eo tempore tum ipſe tum alij qui ſimiliter ei abſtinuerunt, curamq; adhibuerunt ut exercerentur ante cibum, et cruditates uitarent, omnes commodè ualuerint. Illi qui ante cibum exercetur, minus exquiſito uictu opus eſſe. Cui uero nec exercere, neq; cibum tempeſtiue ſumere uacat, unde minus idonea concoctio ſequitur, huic nõ ſolum probatiſſimo uictu, ſed medicamentis etiam quandoq; opus eſt, ut alui deiectione, ut phlebotomia, uel alijs. Quod quietis hominibus potiſſimum hæc ſcribat, qui non inſeruiũt alijs: deinde illis etiam qui neceſſarijs negotijs, et alijs inſeruiendo occupantur, præcepta quædam ſe traditurum. Lecturum hæc meminiſſe oportet ſcriptorum in tribus de facultatibus alimentorum libris. 4. Qui panes optimi ſint. Alicam & ſuillam carnem, niſi exactè in uentriculo ſimul & iecore concoquantur, iecur & renes obſtruere (præſertim ſi anguſtos meatus habeãt) Et quod obſtructionem extorum comitetur grauitas, aliquando etiam dolor, aut putredo, aut phlegmone, digeſtionem quoq; per obſtructionem iecorum impediri. Remedia aduerſus obſtructionẽ, inuenta ſunt, quæ medici ſalubria uocant, ꝙ aperiant, abſtergant, attenuent & incidant. Cauendus eſt tantum nimius eorum uſus, ne nimis calefaciant, exiccẽt & incraſſent humores. Exercitiũ ante cibum tum maxime uſurpandum, cũ quis craſſi ſucci cibos liberalius aſſumpſerit, ut ſunt alica, tragus, ſuilla, & panes non bene parati: & oua ferè, quãquam diſtinctè de ijs dicendum eſt, ut de lacte quoq;.

5. De mediæ naturæ nutrimentis: hoc eſt neq; tenuis, neq; craſſi ſucci: ut ſunt panes optimi, & aues quædam (ut galli, phaſiani, perdices, attagenes, columbæ, merulæ, turdi, turtures, & paſſerculi omnes) piſces itẽ ſaxatiles, pelagici, littorales, gobij, murenæ, bugloſſi, aſelli: et ſimpliciter piſces omnes, qui neq; inſuaue, neq; mali odoris, neq; glutinoſum quicquam guſtu repræ-

A ſentent. Craſſi & lenti ſucci alimenta, illis qui libere exerceri poſſunt, ſomnoq; abunde uti, & grauitatem inde in dextro hypochondrio non percipiunt, concedenda: alijs non. Nullus morbum incideret, qui caueret cruditatem, & qualemcunq; ſumpto cibo motum. Qui tuendæ ſanitati magis ꝗ bonæ habitudini ſtudet, tenacis maliq; ſucci cibos omittat. 6. De craſſi ſucci cibarijs docet hic ſumpto initio, uſq; ad finem decimi capitis. De pane. De caſeo, eiuſq; differentijs. De lacte in genere, & peculiariter de ouillo, caprino, camelino, aſinino. Et ꝙ caprinum ſine melle periculoſum ſit, cum facile coaguletur. Plura de lacte coagulato: præcaueri ne coaguletur, ſi mellis, aquæ, & ſalis nonnihil admixtum fuerit. Iterum de caſeo: Et ꝙ à ſero aluus moueatur. 7. De placentis ex lacte & caſeo: item ex ſimilagine & lacte (quæ ueteres uno nomine itria, poſteriores lagana & rhyemata uocant) deq; alijs huiuſmodi ex tritico ſine fermentatione cibarijs, ſiue bellarijs. Huc per-

B tinent etiam cochleæ, & oua uarijs modis apparata: frixa, ni concoquantur, inter deterrimas earum rerũ quæ concoqui nequeunt habentur, Mollia in aquatiliũ numero, ut lolligines, ſepiæ, polypi, craſſi tenaciſq; ſucci ſunt: item cetacei piſces, ut thynni, etc. item oſtracoderma, quorum ſuccum aluum deijcere ait, partes uero ſolidiores craſſum & frigidum humorem gignere. Omnia quæ craſſi ſucci eſſe hactenus dixit, etiam glutinoſa eſſe, exceptis purpuris buccinisq;, & braſsica & lente. De dracunculo, aro, & bulbis. Fungi peſſimi et letales ſæpe ſunt, à boletis tamen (inquit) neminem interijſſe memoriæ proditum eſt. Tuber, amylũ, & nux pinea, craſſi quidem, ſed non mali ſucci ſunt. 8. De partibus animalium quæ craſſum ſuccum generant, ut ſunt, iecur, renes, teſtes. Quod iecur mali ſucci non ſit, de ſuillo iecore ſycoto, id eſt ficato. Lien aliorum animalium deterioris ſucci eſt, ſuillus minus nocet. De corde. De

C muſculis et carne: & ꝙ uulgo extremas tantũ muſculi partes, muſculum dicãt, reliqua carnem. Extremæ partes animalium, pedes ſcilicet, propter ligamenta et tendones, neruoſæ tenaceſq; ſunt: Eiuſdẽ naturæ ſunt partes circa labia. Alæ uolatilium cæteris ſalubriores ſunt partibus: ut et animalia integra quæ exercentur, ignauis præſtant. De ſuilla cuti. De cerebro, medulla dorſi, glandulis et teſtibus. 9. Differentia animalium ab ætate. De his quæ ſtatim à partu eduntur animalib. De agnis, porcellis, hœdis, et uitulis. De lingua. De glãdulis mammarum (ubera uocant ſi lac contineant) ꝙ bonæ ſint, ſi animal boni habitus fuerit: Quod et cæteris partibus commune eſt. De lacte muliebri, et quomodo phthiſicis proſit. Nulla pars animalium, quæ uel malo habitu ſunt, uel iam conſenuerunt, ſalubris habenda eſt, Lactentiũ iecur et reliquæ partes bonæ ſunt, ſi matris lac probum fuerit. 10. Quæ ſexto capite

D craſſi ſucci cibaria recenſere cœperat, hic abſoluit, diſtinguens ſimul quæ bonum, quæq; malum ſuccum efficiant. Noxam eſſe à craſſi ſucci cibis, quòd corporis meatus, et iecur reneſq; obſtruant. Quare frequens eorũ uſus, licet boni ſint ſucci, uitandus eſt omnibus: præterquam illis forte, qui multa exercitia, et bonam uiſcerum conſtitutionem habent. Craſſum ſuccum gignũt glandes quernæ ſuibus relinquendæ, palmulæ, caſtaneæ minus aſtringunt et ſucci non mali ſunt: ilignæ glãdes acerbæ et uitandæ: caſtaneis etiam parce utendum ne aluus aſtringatur et infletur. Palmulæ ſeu phœnicobalani, dulces ſunt et aſtringunt. Differentiæ ipſarum: Aegyptia dura eſt, ſicca, et auſtera. Patetos dulcior eſt, et minus aſtringit: omnes craſſi ſunt ſucci. Canon, Dulces cibi craſſiq; ſucci, iecinoris ac lienis obſtructiones faciunt, tum inchoãtem iam in uiſceribus phlegmonen augent, inflationeſq; et ſcirrhoſa uitia, et abſceſſuũ

genera-

generationes promouent. De ijs cibarijs quæ crassa simul & læta sunt (quædam enim alterutrum tantũ sunt) ut quæ malaca ab Aristotele & ostracoderma uocatur.

11. Conuenire nobis, nec crassum, nec tenax, nec admodum tenue nutrimentum (hoc enim parum alit) nec admodum friabile, quale est panis ex panico milió ue: quibus leguminibus coquendis rustici pinguiusculum aliquid admiscent, ut oleum, uel adipem, uel lac. Etnos Græce dictum fieri ex leguminibus fresis, lecython ex eorundem farina. Quædam dum adhuc cruda sunt, terrestria duraq́ apparẽt, ut hordeum, triticũ, & nux pinea. Regula: Cuiuslibet cibarij, cuius naturam ignoras, periculum facito in aqua duntaxat madefaciens, uel etiam coquens assans'ue. Nam quæcunq; intumescunt, ueteremq́ protinus siccitatẽ duritiemq́ deponunt, molliora q́ & humidiora redduntur, præstantiora, contraria, deteriora, & planè difficilia concoctu. Quod pater eius eodem hoc modo examinauerit, amygdalas, iuglandes, auellanas, oleraq́ & legumina diuersa, præmadefaciens ea uel præcoquens, & quantum intumeret cõsiderãs. Sic & ptisana probatissima est, quæ celeriter turget: liquatur enim & in cremorem uertitur. Ateramna ueteres Græci illa uocant semina, quæ percoqui nequeunt. Regula alia: Triticũ præstantius, plus farinæ: deterius, minus reddit. Fructus illi commode asseruantur, qui priusquam marcescant, siccantur. At siccari quædam non sustinẽt, cum putrescant prius, ut mora, pepones, melopepões, persica, armeniaca, & præcocia. Cucurbitas dissectas aliqui siccant. Fungi hoc ipso q; seruari nequeunt, uitium suum produnt. Cucumeres etiam reponunt aliqui. Pruna recte seruantur, & alij pleriq;, ut ficus, etc. Hæc omnia similiter probantur, si aqua uel coctione intumescant, idq́ quo citius, eo melius. talia enim & citius concoquuntur, & melioris succi sunt. Nihil enim in cibarijs omnibus ad boni succi generationem tam pertinet, q̃ si probè in uentriculo cõcoquantur: nanq; hæc & alteram & tertiam concoctionem facilius admittunt. 12. Animalium uentriculi, uuluæ, & intestina, duriora q̃ caro, difficilioraq́ concoctu sunt, minusq́ boni succi & nutrimenti minoris. His caudæ duriores quidem, sed propter motum minime excrementosæ sunt, ut uolatilium colla. De uentriculis pedestrium & auium, & q; auium duriores sint, cõcoctuq; difficiliores: si concoquũtur tamen, uberius nutriant. Gallinæ & anseris uentriculi præstãt: Cæteræ anserũm partes, alis exceptis, duræ excrementosæq; sunt. Eiusmodi etiam sunt partes omnes struthocameli. Aures siccæ & paucissimi nutrimenti habentur. Oculi à paucis eduntur, & diuersas habent partes, ex quib. musculi tantum facile concoquuntur. Ex animalibus ad bonos humores gignendos aptissima est caro suilla mediocris ætatis: crescentiũ adhuc suum illis conuenit quibus ætas inclinat: qui ad summum creuerunt, hominibus uigentis ætatis, seq; exercentibus: Porcellorum excrementitia est. Post suillam præstat hœdina, deinde uitulina. Agnina humida est, & lentorem muccoremq́ in se habet. A cæteris pedestrium abstineri consulit.

13. Ex cerealibus ptisanam cibum optimum esse, boniq́ succi: minus nutrire q̃ panem. Fœnogræcũ, si quis affatim utatur, non est boni succi. Fabæ neq; mali sunt succi, nec obstructiones pariunt, sed inflant: abstergunt etiam ut hordeum. Pisum non inflat, sed non æque ut faba abstergit. Lentes mali & melancholici succi sunt. Ochri & dolichi prædictis deteriores sunt, cicerculis meliores. Olyra secundas ab hordeo, tertias tipha tenet. Panicum prorsus non edẽdum, milium minus malum est. Cicer egregie nutrit, succi non boni, inflat, semen & libidinem auget. Lupinus nõ mali sed crassi succi est, probè nutrit. Cætera legumina nisi fame coacti homines non edunt. 14. Fructus arborũ omnes ferè mali succi sunt: castaneis exceptis, quæ nõ malum succum & multum gignunt. Horæi, id est fugaces fructus, præ-

A cipue mali succi sunt, & si fortè in uentriculo corrumpãtur, similes ferè uenenis fiunt. Mora, licet persicis & prunis moderatiora, cum tamen corrumpuntur, nõ minus in se habent uitij quàm illa. Ficus maturæ commendãtur, uuæ appensæ inflationem deponunt, omniq́ uitio carent. Quomodo caricæ partim boni succi sint, si per uentrem transierint: partim mali, si retardauerint: & q; salubrius cum amygdalis, optime uero cum nucibus edantur. Antidotum Mithridatis ex caricis, nucibus, & ruta. Reliqui arborũ fructus, præsertim syluestres, mali succi sunt. Mala, pira, punica, & mespila, medicamentis potius q̃ alimentis adnumerãda. Cucumeres, pepones, melopepones, nihil boni succi habent, & nisi citò descendant in succum uenenis similem uertuntur. Cucurbita ex hoc genere damnanda non est, licet & ipsa in uentriculo corrupta, malum succum gignat. Mora quoq; si concoquantur, & cito transeant, innoxia sunt, ni quis liberalius utatur. Oleracea qualem succum generent:

B lactuca medij inter bonum malumq́ succi: post eam malua habetur, deinde portulaca, atriplex, blitũ, rumex. Agrestia omnia uitiosissimi succi sunt: ut radices etiam acrium olerum: Sed ari, cari, rapi, & napi radices, inter bonum prauumq́ succum medium generant.

15 Aues & pisces pleriq; boni succi sunt. Excipe pisces lacustres, palustres, & qui in immũdis fluminibus degunt. Præstant qui in puro mari uiuunt, & maximè saxatiles. Ex ijs etiam, qui tum in dulci tum in marina aqua uiuunt, marinos esse præferendos, q; et boni odoris sint et gustu suaues, et pinguedinis uel nihil omnino uel perparum in se habeant, diutiusq́ à putredine illæsi durent, præsertim si niue circundentur. adde quòd qui duræ carnis sunt, sic etiam à niue friabiliores fiunt. Capitones, gobij, lupi, in mari semper meliores sunt. Murenæ in malis aquis pessimæ. Anguillæ nũquam bonæ in quibuscunq; aquis. piscium pro pastione et locis differẽtia: Exemplum in mullis, ex quibus peiores sunt

C qui cancellos edunt. Commentarij de alimentorum facultate, sunt ueluti pars quædam operis de sanitate tuenda: Et quòd librum etiam de extenuante uictu scripserit, bonæ ualetudinis studiosis utilem. 16. Frustra sciri medicaminum simul et cibariorũ facultates, nisi etiam cognoscantur corporum naturæ et differentiæ: Sunt enim ea uel densa uel laxa, et alia alio temperamento: nec tota solum, sed secundum partes etiam temperamentis differunt: Itaq; nutrimentis alia alijs indigent, Qui multum boni sanguinis habent, illis conuenit nutrimentum mediæ in primis qualitatibus naturæ, et friabile. Friabile et molle, medium est inter humidum et aridum, quorum utrunq; lentore caret. Vt rectè quispiam alimentis possit uti, necessarius cognitu est liber de temperamẽtis. 17. De uinis diuersis: et quænam bonos uel malos humores gignant. Et primum de

D aquosis tenuisq́ substãtiæ uinis (de quibus etiam cap. 19) quòd diuretica sint, parum nutriant. Crassa eò plus nutriunt, quò crassiora sunt. Theræum absolutæ dulcedinis est: Cilicium austerum dulceq́ simul. Quæ Aegis ac Perperinæ proueniũt, media inter hæc sunt: Et hæc omnia nigra sunt. Nulla enim uina inuenies crassa pariter ac dulcia, quæ nigra non sint. Proinde et sapa, licet ex albis uinis cocta, nigrescit. Alborum alia austera et crassa, alia aquosa ac tenuia sunt. Ex flauis rutilisq́, nõnulla mediocriter dulcia sunt, ut Falernum: alia omnino dulcedine carent. His rubra crassiora sunt, et ex rubris quæ proxima colore nigris sunt. Illis qui refectione indigent, dulce uinum propinãdum, præcipue cum iecur, lien, et renes eorum uitio carent. Temperamentis et consistentiæ humorum, si in aliquo uitio sunt, contraria uina: sin minus, similia propinanda. Odoratum bonos quidem humores gignit, sed caput tentat: tenue capiti non nocet, diureticum est. Vitanda crassa simul maliq́ odoris, insuauia et austera. Austera laxum stomachum et uentrem, præcipue calidos confirmant, sed

non æque bonum ſuccum præſtant: Nec urinam, nec alimenti diſtributionem promouent: nec ſudoribus eliciendis, nec aluo deijciendæ conferunt. 18. Rurſus de uinorum facultatibus ueluti per capita aliquot agit. Vina calida, ut rutila & dulcia, bilioſis non conuenire. calefaciunt enim, capitis dolores & febres facile inferunt, neruos nonnunquam lædunt. Pituitoſis uero & frigidis & crudo humore refertis conueniũt, & illis qui otioſi in frigidis locis degunt: item hyeme frigidaꝗ & humida tempeſtate. Ex rutilis quod ſubdulce eſt, minus nocet capiti, minusꝗ febres ciet. Craſſum uinum & dulce aluum deijcit: Quod & muſtum facit, & ſi interdum non efficit, ualde nocet: ægre concoquitur, craſſum ſuccum & inflationes parit. Plæraꝗ uina præter craſſa & dulcia, per ætatem flaueſcunt: è nigris quædam in rubrum giluumꝗ prius, deinde in flauum colorem tranſeunt. Alba quædam, ut Cæcubum, ſubamara fiunt. Cauponum dolus recentibus Cæcubum miſcentium. 19. Vina uetuſta cauenda quia nimis calfaciunt: item recentia, quia nihil calfaciunt, & multa habent incommoda, ut quòd in uentre aliquando diutius hærent, aliquando etiam coaceſcunt. Illud tantum recẽs tuto bibitur, quod tenuis ſubſtantiæ eſt: Eiuſmodi uina rariora ſunt, tum aliàs tum quia longam uecturam non ferunt. Tenuia candida & aquoſa ſunt colore ſimul & guſtu (inde oligophora dicta) capiti innoxia ſunt, nunquam ualidius aſtringunt. Huiuſmodi uinum tenue & ſubadſtringens capitis leui dolori ex deprauatis uentriculi uaporibus medetur. Quæ uero ne minimum quidem adſtringunt, tanto prædictis inferiora ſunt, quantum aquæ præſtãt. Quin & aqua, præſertim non bona, nonnullis in uentriculo corrupta, ipſum debilitat, unde ſanies bilioſa in cauitatem eius colligitur, ut per inediam quoꝗ fit, & capitis dolor oritur: Cui mox huiuſmodi uinum medetur. Natura uel ætate nimium calidis, aqua ſalubrior uino eſt, ſi uino tamen ſit opus, tenue & ſubadſtringens conueniet. Sic cætera etiam quæ eduntur bibunturúe diſtingui debent, & ita demum ad utentium naturas accommodari. Verum cætera ferè omnia, non ut uinum qualitates genere diuerſas habent, ſed ſecundum magis & minus duntaxat: ut cepa, nulla quidem refrigerat, una tamen quàm altera magis minusúe calefacit. At inter uina, ſunt quæ efficaciſſimè calefaciant, ut peruetuſta quædam: alia, ut alba & auſtera, uel recentia craſſa, manifeſte refrigerant. 20.

Mellis etiam ſuæ differentiæ ſunt, præfertur dulciſſimum ſimul & acerrimum, pituitoſis, frigidis, et ſeni-

A bus tantum conueniens. Acetum mulſum ætatibus naturisꝗ omnibus ſaluberrimum. Quòd medicamina ſalubria à medicis dicta, omnia attenuẽt: Et quòd attenuantia tutiora ſint ad ſanitatem tuendam, ſed bonam habitudinem roburꝗ præſtare nequeant. Multi uero robuſti bene habiti eſſe malunt, quàm tutius cum tenui et graciliore corpore ualere: Quibus conuenire ait exercitium ante balneum et apotherapian. Ea qui negligunt, diu ſani uiuere non poſſunt, licet uictu alioqui ſobrie utantur: Et quòd conueniant eis mediæ naturæ cibi, niſi quando neceſsitas cogit uberius alentes et craſſos ſumere. 21. Vitanda prorſus omnia quæ mali ſucci ſunt, niſi cum æſtate languentium corporum ſiccitati et calori conſulitur: tunc enim conceditur moderatus uſus malorum, prunorum, ceraſorum, mororum, præcocium perſicorum, ficuum: item cucumerum, peponum, melopeponum, cucurbitarum. Dãtur tunc etiam melce refrigerata, aphrogala, et opera

B lactaria, ut argyrotrophema. Sed uir prudens iſtis relictis meliorem modum adhibebit: nempe è balneo rediens, primum aquam bibet, mox uinum mediocriter aquoſum, ijsꝗ uomitu reiectis lactucam edet, poſtea ſuillos pedes bene decoctos ex garo et aceto ſumet: item alas gallinæ, uel anſeris, et eiuſdem uentriculum: nec non piſces nõnullos frixos ex his qui molli ſunt carne: et ex holeribus, quæ mali ſucci non ſunt, ut maluam, cucurbitam. Vinum poſtea frigida ualde dilutum bibet, etc. Hoc tempore conuenit etiam alica frigida cũ mulſo uinoꝗ frigido, item ptiſanæ frigidæ cremor.

De uſu niuis, et aquæ fontanæ, et uini præfrigerati: Quodꝗ hæc pertineant tantum ad homines ualde occupatos, uel laborantes. Otioſi qui ſe exercent, frigido potu nõ egent: cæteri qui non exercẽtur, fontis aquam bibant, et niuis uſum uitẽt, cuius multa magnaꝗ nocumenta licet non ſtatim, ſenſim tamen aucta percipiuntur, ægre tandem uel omnino non tollenda. Humo-

C res mali ſucci gignit cruditas, ſiue mali ſiue boni ſucci cibos illa ſequatur. Quòd ſi tenuis inde per corpus humor colligatur, acuti uel calidi abſceſſus ſequentur: ſin craſſus, arthritides, nephritides, anhelationes, et lienis iecorisꝗ ſcirrhoſi affectus gignentur: Sin melancholicus, cancri fient, lepræ, ſcabies, quartanæ, melancholia, cutis color uitiatus et ater, cum lienis itidem tumore, interdum uarices aut hæmorrhoides. Ex diuerſis autem humoribus, mixtæ affectiones prouenient, ut herpetes, phagedænica ulcera, et malefica omnia, et eius generis acutæ febres, quæ ad tempus recidiuant.

CL. GALENI DE CIBIS BONI ET MALI SVCCI FERDINANDO BALAMIO SICVLO INTERPRETE.



ANNONAE caritas assidua, quæ nō paucos abhinc annos multas nationes Romano Imperio subditas afflixit: ijs qui nō omino rudes imperitiq; sunt, plane significauit, quantā uitiosi corporis succi (Græci cacochymian dicūt) ad gignendos morbos uim habeant. Nā qui intra urbes degebant (sicuti moris est) dū sibi æstate pararēt, quę in proximū annū uictui suffectura essent, uniuerso ex agris frumento hordeoq;, fabis lentibusq; asportatis, cereales reliquos fructus quos legumina & chedropa appellant, eorū etiā parte in urbes aduecta, agricolis relinquebant. Quæ cū illi per hyemē consumpsissent: mali succi alimentis toto uere uesci coacti sunt. Teneris nanq; fruticibus, arborūq; germinibus, & extremis ramulis, tū bulbis, & mali succi plantarū radicibus alebātur. Agrestia quoq; olera, & quicquid sors illis uberius obtulerat, utpote herbas fere omnes uirentes decoctas, quas nemo unq̃ prius degustauerat, ad satietatē semper edebant. Ea propter cernere erat nonnullos ultimo uere, sed ferè oēs ineūte æstate, multimodis uarijsq; per cutim ulcerib. laborantes. Ex his nanq; alia erysipelatode, alia erāt phlegmonode, alia ad herpetis similitudinē serpentia, nonnulla impetiginē, uel scabiē quasi, & leprā referre uidebātur. Sed ex his quæ sese mitissime per cutim extulerūt, uitiosos humores ex uisceribus, & imis corporis partib. extraxerūt. Quū uero nōnullis instar carbunculi, aut phagedænæ cum febre accideret: multos quidem longo tempore sustulerūt: uixq; paucissimi ita affecti mortis periculum euaserunt. Quinetiam febres permultæ absq; cutis ulceribus fiebant, quæ alui deiectiones grauiter olentes, mordacesq;, ac postremo intestinorum tormina, aut inanē egerendi uoluntatē, (quæ tinesmos græce dicitur) afferebant. Vrinæ etiam cum acritudine & graueolentia uesicā in nonnullis ulcerabant. In alijs quoq;, uel olido febres sudore, uel abscessibus putredinem contrahentibus iudicabantur. At quibus ex his quæ ante diximus, nihil accidit, omnes uel aliquo ex extis euidenti phlegmone correpto, uel ex uehementi prauaq; febre interiere. Cum aūt morbi initio medici nonnulli perpaucis uenam incidere auderent, (neq; enim ab re ab eius generis remedio abstinebant, quandoquidē prius ægrorum uires resolutę erāt) missus quidē sanguis, nō adeo probatæ bonitatis spectabatur, qualis ex salubri corpore mitti solet: sed uel fuluior, uel atrior, uel serosior erat, uel acer, & eam ipsam dissectam uenam dum flueret

A pungens, ut ægre inde ad cicatricem coiret. Nonnullis præterea, præcipueq; morituris ea cū febribus acciderunt, quæ menti uel uigilijs officerent, uel sopore, Græci cataphoran uocant. Sed nec mirum fuisse contrarios morbos symptomataq; quibus tunc illi corriperenť, cū non modo natura aut ætate inter se inuicēq; differrent, sed uictus quoq; ratione: quo uarie & cōtrarias uires habente, superiore uictus inopia usi sunt. His enim rebus quarum cuiq; copia erat, uescebanť, quæ cum dissimiles uarięq; essent: eas nōnulli sumebāt, quę uel acido, uel acri, uel amaro, salsoue succo forēt: alij quę austero, aut tenaci, aut adstringēdi, uel refrigerandi, uel egregie quidē humectandi uim obtinente, aut quę ueneni participes extitissent. Ipse eī non- B nullos noui ab esu fungorū protinus interijsse: alios ab esu cicutæ, aut ferulæ: ex hisq; ęgre perpaucos mortis periculo liberatos.

II Cunctis ergo hominibus cōsiderate & cum ratione iudicantibus, illud erat perspicuū, qua scilicet ratione exteriores ulcerationes multifariam fiebant, & multiplices diuersæq; tumorum species oriebantur: alius nanq; phlegmonodes, alius erysipelatodes, alius præ duritie scirrhodes, alius œdematodes erat: eadem ratione eiusdem generis affectiones nōnullis in profundis partib. quas principales dicimus fieri etiā potuisse. Sed illi dūtaxat perperā sentiunt, errantq; qui ab Hippocratis doctrina quæ de humoribus habeť, discrepāt. Audent enim cuilibet rei potius q̃ ipsis humori- C bus causas assignare. Veruntamen horū nonnulli mihi clām retulerūt, se quidē apertissime agnoscere, ꝙ contentiose & altercandi studio Hippocrati aduersanť, censentq; humores ad secundā uel aduersam ualetudinē neq; boni neq; mali quicq̃ afferre: Verum pudere ipsos ætate iam confectos, quinquaginta post annos, in Hippocratis sententiam descendere, eamq; approbare & sequi. Nāq; hoc pacto, aiebant, nōn ijs tantū qui à nobis eruditi instructiq; sunt: sed ijs quoq; qui nostra cōsuetudine operaq; usi sunt, obfuisse uideremur. Addebāt insuper ꝙ à plerisq; ceu uera dogmata ꝓfessi, honore afficerenť: quæ si prauitatis plena, & non D recta esse faterenť, longe alijs imperitiores haberenť, nemoq; in posterū, ut antea, illorū operā studiūq; requireret. his ergo, ut ratio postulat, ignoscendū à nobis est: neq; horū propositū damnādū, sed unà ipsi etiā infelicitatē eiusmodi doleamus, cū prius q̃ de ijs quæ didicissent ferre iudiciū possint, in pessimos præceptores inciderint: uerū illi odio digni, qui primū honoris & gloriæ cupiditate impulsi sectas dogmatū instituerunt. neq; eī inuiti errant, sed sponte hominibus imponere student, qui cum illis familiarius uersanť: cum nemo eò dementiæ deuenerit, ut nesciat quā malū sit hu

mores corporis in uenenosas qualitates cõuerti. Hi ipsi itaq; quorũ causa hæc scribimus, difficile uel omnino fieri non posse arbitranť, ut haustu letalium uenenorũ pereũtes, secerni dignosciq; ab ijs possint, qui ab aliqua corporis affectione periere. Nec uero (quòd planè perspicimus) inficias ierit quispiam, ob humorẽ scilicet quem uenenata animantia in ictam particulam infligunt, uel illam celeriter mortificari, uel in putredinẽ labi, uel doloribus uehemẽtissimis, aut phlegmone urgeri, nec nõ scorpionẽ ieiuni hominis sputo bis terúe aspersum protinus interire. Nam sicuti naturæ quædã cum alijs quoq; naturis cõueniunt, sic altera quoque alteri aduersatur, eamq; corrũpit. Ab ijs ergo alimur quæ naturæ nostræ accommoda sunt: quæ illi aduersantur, nos ad perniciem ducunt. Sed de his copiosius in libris de naturalib. facultatibus, deq; simplicibus medicamentis diximus.

III Cæterum ad præsentis operis cognitionem, ea tantum referre sit satis quæ ipse sterilitate annonæ obseruaui. Quòd si mihi fidem adhibere uolueris, nulla quidem causa ad mentiendum impulso, sed ægre admodum ferenti, quòd plerique falsissima scribant, quæ longo sunt experimento ad hũc usque uitæ diem à me cognita, deos quoq; ad hęc testes implorans, recẽsebo. Pater meus geometriæ, architectoniæ, astronomiæ, arithmeticæ, logistices studijs plurimũ ualuit: maximeq;, omnib. quibus erat notus, ob ipsius iustitiã, modestiã, bonitatem ut quiuis ex philosophis, admirationi fuit. Is cum puer ipse adhuc essem, eam mihi uictus rationem instituit, ut nullis per id tempus obnoxius morbis uixerim. Vbi uero adolescentiam sum ingressus, ille in agrum, rei rusticæ studiosus cõcessit, ego uero doctrinæ studijs ardentius quàm cæteri condiscipuli die noctuq; operam dabam. Sed cum per totum id tempus, quod oporan uocant, horæis, hoc est temporarijs uel fugacibus fructibus unà cum æqualibus meis uberius usus essem, adueniente autũno, acuto morbo correptus sum, uenamq; incidere opus fuit. Cumq; ergo in urbẽ Pater reuerteretur, ad me obiurgandum se conuertit, eiusq; generis uictus admonuit, quo eodẽ suadente, usus antea fueram, utq; ab illo in posterum minime discederem, uitaremq; sodalium incontinentium consuetudinem præcepit: Tum sequenti etiam anno operam curamq; adhibuit ut sobrie uiuerem, atq; horæos fructus cum moderatione gustarem. Atq; ita in eo anno qui erat ætatis meæ undeuicesimus, incolumis uixi. Sed cum altero deinde anno Pater excessisset è uita, ipseq; unà cum eiusdem ætatis amicis oporæ fructus ad satietatem sumerem, in ægritudinem superiori cõsimilem incidi, ut tunc quoq; sanguinis missione opus esset. Deinde uero uel singulis annis, uel alternis nonnunq;, ad octauum usq; & uicesimũ annum morbo aliquo laborabã. Cumq; tunc temporis periculũ esset, ne ea pars mihi, qua iecur septo trãsuerso annexũ est, abscessu corriperetur, ab esu horęorũ omnium mihi penitus abstinẽdũ proposui, exceptis ficubus uuisq; omnino maturis, quas

A neq; intemperanter ut antea, sed cum moderatione sumebam. Quam sanè uictus rationẽ, cum quidã ex sodalibus natu me duobus annis maior cõprobaret, curam ambo adhibuimus, ut exerceremur, cruditatesq; omnino uitaremus, ob idq; ad hanc usq; diem multos iam annos incolumes uiximus. Reliqui quoq; ex amicis, qui me hortante exercitatione usi sunt, moderateq; cibum sumpserunt, recte omnes semper ualuerunt, sed alij quidem à quinto iam & uicesimo, alij ab aliquanto paucioribus annis, ut cuiq; scilicet persuasum fuit horæos fructus, ciboscq; alios mali succi uitari oportere. De quibus in hoc opere à nobis agẽdum est. Siquis ergo poterit ante cibum exerceri, haud sanè ex quisitis admodũ cibis utatur. Cui uero ne-
B gocia & occupationes impedimento sunt, nõ modo huic probato innoxioq; uictu, sed salubribus quoq; medicamentis opus est. Pleriq; enim in eo uitæ genere constituti sunt, ut cum neq; ante cibũ probe exerceri, atq; aptis temporibus cibum sumere, neq; efficere idoneã concoctionem ualeãt, quin morbo aliquo afficiantur, fieri nõ posit, nisi per quædam temporum interualla alui deiectiones præparent. Egent quoq; interdũ ualidiori uacuatione, opportunaq; sanguinis missione. Quædam præterea salubria medicamina accõmodatis temporibus sumẽda sunt. His ergo in primis hãc uictus rationẽ, ex qua probatissimus sanguis gigni posit, describimus, qui quiete uitã agunt, neq; ad fores potentissimorũ ciuium ante lucem acce-
C dere, aut necessarijs occupationibus adstricti, ubi nimium sudarint in algere, itemq; nonnullis dum lauantur assistere, eosdemq; domũ reuertentes deducere, atq; etiam celerrime, ubi ipsi lauacris usi sunt, ad cœnã sese recipere coguñt. Post hæc enitendũ à nobis est, ut quædã his etiam pręcepta tradantur, qui inquietã, ac negocijs deditã uitã agũt. Qua in re meminisse opus est, quæ tribus commẽtarijs de alimentorum facultate scripsimus.

IIII Cibi itaq; probati succi sunt, ex frumẽtaceorum genere, Panes mundissimi, probeq; cõfecti, adhibita prius maceratione, debitaq; fermẽtatione, addito etiam sale, & in clibano decocti, mox furnacei. Alica uero, sicuti & Suilla caro, si exacte in uentriculo concoquantur, tum in sanguinem à
D iocinore conuertãtur, probatissimos humores gignunt, sed glutinosi aliquid in se habent, ob idq; in ijs iecur obstruunt, & renes, quibus hæc à natura adstrictos meatus habent. Horum quoq; usus uberior in supradictis particulis, uel grauitatẽ, uel dolorẽ nonnunq; facit. Adde quòd iocinoris obstructiones concoctũ cibũ in diuersas corporis partes reddi prohibent (id anadosin Græci uocant.) Quin etiam in uenis quæ per cauas ipsius partes, uel per mesaræon sitæ sunt, redundans humor periculũ affert, ne uel putredinẽ cõtrahat, uel eę ipsę particulæ in quibus congeritur, phlegmone lædãtur. Necesse est eñ crudos crassosq; humores, uel cõcoqui uertiq; in sanguinẽ, uel in putredinem labi, nõ secus ac alia omnia quæ calidis in locis diutius mãserint. Quamobrẽ inuenta à medicis medicamen-

dicamenta sunt quę salubria appellantur, tenuãdi scilicet uim habentia. Ea nanq; adstrictos meatus obstructionibus liberant, ac siquid lenti humoris infixum uasis hæresq; fuerit, abstergunt, crassasq; humiditates attenuãt ac dissecãt. Quòd si ijs quispiam uberius utatur, ea uel serosum, uel biliosum, uel melancholicũ procedente tẽpore efficiũt sanguinem. Nanq; eius generis medicamenta ut propè dixerim omnia, nõ modo tenuãdi incidendiq; facultatem habẽt, sed immodice etiam calefaciendi, ob idq; & solida exiccãt membra, crassumq; humorẽ reddunt, quo in renib. asso calculi gignunt. Optima itaq; corporis constitutio quæ temperatissima est, meatus per quos humor fertur, patentiores habet. ac fieri quidẽ potest, ut corpus eiusmodi bene semper se habeat, dummodo quãtum sit satis, ante cibũ exerceatur, pręcipueq; ubi crassi succi cibos liberalius assumpsit, qualis alica (ut diximus) habetur, & Suilla caro, Panisq; furnaceus, aut in clibano minus probe decoctus, neq; ea cura & diligentia confectus, quam paulo ante recensuimus. Tragus ex frumẽtacei generis alimentis eiusdem cum alica naturæ est, uerum ægrius in uentriculi concoctione q̃ alica ipsa cõficitur. Ad hæc quoq; propè accedunt Ouorum uires, naturaq;, de quibus non secus ac de lacte multa distincte diceda sunt, quę accurate nobis in operis progressu paulo post referentur.

V Sed quemadmodum prius formulam quasi quandam alimentorum descripsimus, quæ boni maliq; & glutinosi succi sunt: sic eorũ quoq; à nobis mentio facienda est, quæ quodam quasi examinato modo se habẽt, mediaq; naturaliter inter crassæ ac tenuis materiæ cibaria sunt. Quę alibi etiã in libro de extenuante uictu diximus. Sed plura ex his quę tenuis materiæ sunt, medicamina potius, q̃ alimenta à nonnullis appellanť: at quæ glutinosos crassosq; humores gignunt, si probe in uẽtriculo concoquantur, bonũq; in iocinore sanguinem efficiant, maxima ad nutricandum efficacia sunt. Cibi autem nulla omnino ex parte damnandi, neq; tenues, neq; crassi sunt, sed ueluti in symmetria, omnisq; excessus mediocritate consistũt. Eius generis Panes optimi habentur, quorum cõfectionem libro de facultate alimentorum primo scripsimus: præterea ex Gallinaceorũ genere fœminæ quidem & mares: ex Auibus phasiani, perdices, attagenes, columbæ, merulæ, turdi, turtures, & paruæ uolucres omnes: Pisces item saxatiles, pelagici, littorales, gobij, murenæ, buglossi, aselli, et simpliciter pisces omnes, qui neq; insuaue, neq; mali odoris, neq; glutinosum quicquam gustu repræsentent. Sed ad horum naturã explicandam multa quidẽ distincte diceda essent, quæ ubi de mali succi cibis mentio à nobis fiet, enarrabimus. Sed quædã prius addẽda quæ desunt. Quisquis enim exercitatione multa uti, somnoq; ad satietatem potest, eamq; sibi uitæ rationem delegit, quæ publicis negocijs foresiq; labore minime impeditur, is sanè crassi lẽtiq; succi cibis uesci potest, ac tum præcipue cum horum usus frequẽtior par

A ti hypocondriorũ dexteræ nihil uel grauitatis uel tensionis afferat: cui autem ætas, aut consuetudo obstat, quin exerceri ante cibum possit, eius generis uictu quem diximus, omnino abstineat: qui inertem penitus, et ociosam uitã agit, eiusmodi etiam cibos uitet, sed uel gestatione, uel deambulatione ualidioris exercitationis loco utatur. Ad sanitatem enim tuẽdam, si corpora moderate exercentur, mirum in modum prodest: at contra quies & ocium diuturnum maximo illis nocumẽto est. Neq; enim morbo quisquam corriperetur, si accurate obseruaret, ne in cruditates incideret, aut uehementer post cibum exerceretur. Nam sicuti bonæ ualitudini ante cibum exercitatio maximum affert cõmodum, sic qualiscunq; sumpto cibo motus noxius admodum est.

B Alimentũ enim ex uentre ante cõcoctionem in diuersas corporis partes distribuitur. proptereaq; crudi humoris copia per uenas aggeritur, quæ multiplices morbos affert, nisi aut multis laborib. is humor dissoluať, aut à iocinoris uenarũq; facultate cõcoct⁹ uersusq; in sanguinẽ fuerit. Quare qui tuẽdę tantũ sanitati, nõ sicuti gymnasticæ dediti bonæ habitudini studẽt, ijs tenacis maliq; succi cibos uitare tutissimũ est.

VI Deinceps ergo quæ hactenus de crassi succi cibarijs dicta à nobis non sunt, recenseantur, rursusq; à Pane ipso ordiamur. Is eñ si quod fermenti & salis sit satis minime in se habet, parumq; maceratus, neq; quam deceat in clibano cocturam adeptus fuerit, crassum quidẽ succum nonnihil in

C se tenacis habentẽ gignit, quẽ Praxagoræ ac Philotimi sectatores glutinosum dicere soliti sunt. Caseus omnis crassi, uetus mali etiam succi est, recẽs uero succi prauitate caret. Crassities autẽ cum lentore non in omni est caseo, cum lactis ex quo fit, tum animalium, tum pabuli uarietate non paruum discrimen sit. Caprini lactis usus frequens apud nos est, apud alios bubuli. sæpe etiam & ouillo utuntur, sed crassitiem in se habet, atq; idcirco asinino est contrariũ, bubulũ uero pingue. Caprinũ inter cætera lactis genera moderate se habet, cum non admodum pingue crassumq; sit, ob idq; medium quoq; esse censetur, quod in corporibus nostris præstat. Lac enim quod serosum est ac tenue, minus nutrit, aluũ magis deijcit: contrà crassius

D aluum minus deijcit, magisq; nutrit. Constat enim lac omne ex triplici dissimiliq; substãtia, prima quidẽ serosa & tenui, altera crassa & ad caseũ faciũdum accommodata, tertia oleosa et pingui. Quæ sanè non itidem animantia omnia præstant, Nam camelinum asininumq; serosi humoris plus habet, plus casei ouillum, plus pinguitudinis bubulum. Capellę uero inter cætera animantium genera mediocritatem adeptæ sunt, rursusq; inter se inuicemq; collatæ illo quem diximus modo differre uidentur. Neq; enim harum parua discrimina sunt, ab ætate, à pastionibus, ab anni tempore, ab eo ipso spatio quo à partu ædito distant. Quæ abunde tertio de facultate alimentorum libro diximus. Nunc uero id tantum referre sit satis, caprinum lac sine melle sumptũ periculosum esse. Ple-

risque enim qui purum illud hauserunt, coactum est in uentriculo, in speciem casei: quod quidem quum accidit, mirum est quàm aggrauet hominem, ac strangulet. Maiori quoq; admirationi est, cum in cuiuspiam uulnus, uel in uentrem, intestinumúe aliquod sanguis in grumos compactus defluxerit. Nanq; is frigore exoluitur, ac penè exanimatur, pulsusq; imminuit, & male se habet. Quin & huiusmodi sanguis sese in uulnera insinuans facit, ut partes illi proximæ protinus putredinē contrahant. Sed cur is humor inter omnes alios corporibus nostris accommodatissimus ubi frigefactus est, huiusmodi pathemata inuehat, non paruam certe inuestigationem requirit. Ex his uero planè perspicuum est, quantam uitiosi succi qualitates uim habeant, quas sanè tanquam parui momenti, quidā nostræ huius ætatis medici aspernātur: eosq; sequuntur, qui ita sentiendum esse primum commenti sunt. Eam ob causam lac ubi sumunt nonnulli, ne in uentriculo coaguletur, mellis, aquæ, & salis nōnihil admiscent. Ad bonos autem humores gignendos ex ijs animantib. lac probatissimum habetur, quæ bono corporis habitu sunt: idq; ubi emulctū fuerit, statim hauriatur. Abūdantius uero coctum satis crassum succū præstat, præcipueq; si uel farinā triticeam, uel miliū, uel amylū cum eo decoxeris. Caseus omnis crassi, uetus mali etiam succi est, recens uero & modo coactus deijciendæ alui gratia ante cibum cum melle sumitur, succiq; minus quàm uetus crassi est, nunquam autem mali. At quod ex lactis concretione defluit serum, aluum egregie mouet.

VII Quæ ex lacte & caseo placenta conficitur, crassi succi alimoniā præstat, proptereaq; iocinoris meatus obstruit. Eadem ratione etiam quæ ex similagine & lacte ubi lagani aut rhyematis quicquā admistum sit: tum quæ ex similagine, uel omnino ex triticea farina & musto conficiuntur, praui succi omnia sunt. Quinetiam ipsa per se lagana rhyemataq; & bellaria omnia quæ ex tritico confecta sunt, & fermentatione carent, ac tum potissimum ubi nonnihil casei in se habent, succi sunt crassioris. sed mea quidem sententia quæ à nobis modo lagana ac rhyemata appellantur, ueteres communi appellatione Itria, hoc est liba dixere. Cochleæ crassi succi censentur: itemq; Oua quæ uel elixa, uel tosta, penitus densata sint, frixa uero mali succi, fumosæq; in stomacho coctura sunt, secum etiam admistos cibos corrumpētis. Quapropter inter deterrimas earum rerum habētur, quæ concoqui nequeūt. Mediocriter uero cocta, quæ ideo tremula appellantur, ad concoctionem, digestionem, nutritionem, boniq; succi generationem præstantiora: sicuti & quæ sorbilia dicimus, si modum in coctura adhibueris, ad leniēdas gutturis asperitates idonea sunt, cum liquidum adhuc coactum densatumq; non sit. In Aquatilibus uero quæ mollia dicunt: uidelicet Lolligines, Sepiæ, Polypi, aliaq; eius generis, crasso tenaciq; succo sunt: necnon ex piscibus qui cetacei generis habētur, cuiusmodi sunt & Thynni. Sed Pelamides

A ex his magis ad mediocritatem tendunt. Ostreæ itē, Buccinæ, Purpuræ crassi admodū succi sunt, ac simpliciter quę Aristoteles Ostracoderma, hoc est dura testa intecta uocat. Chamæ, Patellæ, Pectines, Pinnæ, & alia eiusdem generis: quorū Purpuræ, & Buccinę duriori sunt carne, & succi crassioris: sed caro in alijs, pręcipueq; in Ostreis & humidior, & tenacior est. Quorū omnium succum scire debes, non secus ac serum lactis, aluum deijcere: at solidiores ipsorum partes, serius ob crassitiem concoqui, crudumq; & crassum & frigidum humorem gignere. Eadem quoq; & Brassicæ, & Lenti euidēs potestas est: multisq; alijs, sed minore efficacia. His de rebus, trib. de facultate alimentorum commētarijs uberius scripsimus. Reliqua

B ergo ex his omībus, quæ crassi succi esse diximus, exceptis testa intectis, et glutinosa et tenacia sunt. Brassicæ ac Lentes non eandem cum glutinosis antedictis succi naturam sortitæ sunt, sed earū succus nitrosus, & deijciendæ aluo efficax est, sicuti Dracunculi acerrimus & amarissimus. Vtrunq; etiam Aron habet, sed minus efficaciter. Bulbi austero amaroq; succo sunt, ex ijsq; lotis, & sæpius iterata coctura quicquid superest crassi succi habetur. sed fungi inter huius generis cibos frigidissimo, tenacissimo, & crasso succo sunt: à Boletis tātum neminem interijsse memoriæ proditum est: sed & hi ubi concoqui nequiuerint, choleram in nonnullis excitarunt. Ab esu cęterorū fungorum alij mortui sunt, alij proxime ad mortem accesse-

C runt, strangulationis periculo, uel alui fluoribus, aut cholera laborātes. Tuber leniter crassi, nō mali succi est. huius generis Amylū habetur, nec mali, sed succi crassioris est. Itidē Nux pinea quā ueteres Strobilon dixere, se habet.

VIII In his quæ crassi succi censentur, Iecur, Renes, Testes annumerandi sunt: uerum Iecur mali succi non est: Renes, Testesq; non boni, his tamē exceptis qui ex gallinaceis habentur, præcipueq; ex saginatis, itemq; suillo iocinore, si quando id animal caricis nutriatur, quod propterea Sycoton quasi ficubus altum uocant. Lien ex cæteris animantibus satis uitiosi succi est, & melancholicus, suillus uero minus nocet. Cordis substantia durior, ac fibris magis scatet quàm quæ habetur in a-

D lijs uisceribus: in his enim inter uascula, quædam concreti sanguinis substantia apparet: in corde fibræ multæ solidæ & longæ, non secus atq; in musculis spectantur, in quibus carnosa substantia circumdensatur, atq; ea de causa nonnulli ipsum cor in musculorum genere locandum putant, ex quorum substantia tota nostri corporis moles conficitur, tū quicquid proprie caro appellatur, estur q; ex uictimis. Sed musculorū initia quæ Capita uocant, neruosiora quoquomodo sunt, in eaq; capita ex ossibus ligamenta initium ortumq; habentia disperguntur. In fine musculi Tendones oriuntur: eamq; ob causam extremę utrinq; illorum partes neruosiores: sicuti & mediæ carnosæ sunt, & uberrime nutriunt. hæ quidē partes ab omnibus Carnes appellantur, cū ipsarū fibras prę tenuitate

minime intueantur, quæ ex ligamẽtis neruisq; in hanc ipsam carnosam substantiam dispersis constant. Sed hæc cũ iam ab illis caro prænominetur, non sine causa extremas ipsius duntaxat partes Musculum dicunt. Verum aliter res habet: nam totus musculus proprijs quibusdã lineamẽtis circunscriptus seiũctusq; ab alijs cernitur, obitq; functionem unã quæ est ex motibus uoluntarijs. hoc eñ nomine eius generis motus ab his distinguendos putant, qui naturales & uoluntatis expertes sunt. Partes musculi quæ diximus discrimina recipiunt. In extremis animãtium partibus caro inest paucissima, ossuosæ & neruosæ sunt, non nerui illius causa, qui uoluntario motu fungitur. (Nanq; is in huiusmodi partibus exiguus est) sed ligamentalis, & eius quem ueteres Græci Tẽdonem, Aponeurosin quasi eneruationem, medici recẽtiores uocant. Hæc sanè elixa tenaci satis lentore & glutinosa sunt, eamq; ob causam simile etiam corpori alimentum præbent. Eandem quoq; naturam sortitæ sunt pedestrium animantium partes, quæ penes labia sitæ sunt. Lentum enim non crassum humorem gignũt, indicioq; est coctura, cum plurimum ibi tumoris concipiant, relaxenturq;. Cõmode tamen hæ concoquuntur, itemq; Alæ uolatilium communi quadam cum corporibus se exercentibus ratione, nanq; hæc omnia excrementis carent: quæ uero in ocio degunt, excrementosa sunt. Suilla cutis præpinguis ubi probe elixa sit glutinosum pinguedinemq; in se habentem, non satis quidem crassum succum præstat, neq; ueluti extremæ partes concoctionem admittit, neq; bonum succum sed excrementosiorem gignit. Cerebrum quoq; animalis pars crassi succi est, & quæ dorso excipitur Medulla. Sunt quoq; Glandulæ eiusdẽ naturæ, sed mediocriter, nec non iuuenum uictimarum Testes.

IX Illud autẽ in cunctis animantiũ partibus cõmuniter meminisse debes, scilicet seniorũ, duras, siccas, et cõcoctu difficiles esse: at contra iuniorũ, humidas, molles, atq; idcirco commodius concoqui, his tamen exceptis, quæ ubi in lucem editæ sunt, protinus in cibo sumuntur. Nanque omnes eiusmodi muccosæ sunt, ac præcipue quæ suapte natura humidiori sint carne, ut Agni, & Sues: uerum Hœdi, & Vituli, ut qui natura sunt sicciores, multo melius concoquuntur, nutriuntq;. Similiter ergo Glandulæ, Testesq; se habent: atq; etiam Lingua, cuius ferè natura glandulosa est. Quæ in Mammis glandulę habentur, si lac in se continẽt, Vbera appellantur: crassique succi edulia sunt. Quòd si animal ex quo sumuntur, boni habitus fuerit, & abunde nutriunt, & bonum succum efficiunt. Quod sanè cum commune quoddam sit, satius id quidem semel audire: ut mox facile tibi in mentem redeat. Lac ergo, ut medici omnes literis tradiderunt, succi habetur probatissimi, Quapropter nonnulli pulmonis ulceribus affectos potione tantũ lactis curari putant, antea scilicet quàm ea ipsa ulcera amplient, callosaq; fiant. Sed præ cæteris lac Muliebre, tanq; naturæ eiusdem, nobisq;

A accommodatum, ab alijs medicis, præcipueq; ab Herodoto & Euriphone ad tabidos affectus celebratur. Et ubera quidẽ more infantiũ illorũ iudicio ab ita affectis sugenda sunt. Lac eñ simulatq; est emulctum, natiuæ bonitatis nonnihil amittit, ex quo constat planè inter cibaria omnia lac optimi succi & horum in primis, & aliorum quoq; medicorum iudicio censeri. Sed quod diximus nõ in his tantum cibis, uerum in alijs quoq; permultis communiter obseruari oportere, iam recensendũ est: lac uidelicet ex ijs animantibus quæ boni habitus fuerint, boni succi: ex ijs uero quæ deprauati, nõ secus ac sanguis qui in illis habetur, mali succi esse. Neq; enim lac bonum succũ præstabit unquam, cũ totum corpus uitiatos humores habuerit, proptereaq; lac ex animantibus quæ boni sint
B habitus (ut diximus) ad bonos humores gignendos probatissimum est. Idem Glandulæ ipsæ tum lac in se habentes, tum aliæ quoq; salubrium animantium præstant. Itidem Iecur, Testesq; se habent: Hæc enim ex ijs animantibus sumpta, quorũ deprauati humores fuerint, bonũ succũ efficere non queunt, Sicut neq; ex his quæ iam consenuerunt: nullũ enim ex ijs boni succi est. sed quæcunq; adhuc lactẽtia sunt, si matris lac probatum fuerit, eorum iecur boni succi est, & cæteræ etiam partes bene se habent.

X Qualem uero alia animãtium membra humorem gignãt, paulo post à nobis dicetur. Nunc autem is sermo (ut ratio postulat) quem de crassi
C succi cibarijs prius inchoauimus, absoluatur, quæ quidem cum pauca supersint, à nobis recenseant, distinguẽtes uidelicet ex ijs tum qui malum, tum qui bonum succum efficiant, mox reliqua explicanda sunt. Vsus enim præsentis operis ad id pertinet, quò scilicet bonos humores gignere, malos autem uitare possimus. Cumq; sicut initio huius tractatiõis exposuimus, cibi qui crassi succi sunt, corporis perspirationem difficilẽ reddant: in eoq; ac præcipue in iocinore & renibus nonnullas obstructiones faciant: propterea ab eorum esu continuo, & si boni succi habeantur, meo iudicio abstinendum. At si qui mali succi sint, seu tenues, seu crassos humores gignant, penitus uitandi. fieri autem potest, ut hi duntaxat, qui uehementer exer-
D centur, uisceraq; à natura deprauate constituta non habeant: crassi glutinosiq; succi cibis uescantur, ijsq; minime lædantur. Est ergo ex crassi succi cibis utraq; Balanorum species, & quernæ uidelicet, & fructus etiam φοινίκων, hoc est Palmarum: Græci palmas earumq; itidem fructus Phœnicas uocãt. ex his uero, quas quercus ferunt, Castaneæ quæ & Castana appellantur, gratæ sunt homini et suaues. eas tum urbani, tum alij quoq; per Asiam, Sardianas, & Leucenas uocant à locis ipsis in quibus uberius oriũtur. Quam igitur ob causam Sardianæ dicantur, planè patet. Sed Leucenæ à loco quodam Idæ montis, quẽ plurali numero ut Thebas appellãt, nomen sumpserunt. Eius itaq; generis glandes uel assæ uel elixæ ab omnibus sumunt. Sed quæ figura oblonga sunt, & similes palmulis,

ad sues potiusꝙ homines nutriẽdos idoneæ sunt, nisi quispiam ingenti necessitate oppressus (ut in extrema uictus inopia accidit) edere illas cogat. Ilignæ uero Glandes (quas Græci Acylos dicũt) duræ sunt & acerbæ, & propterea insuaues, & si eæ ipsæ elixæ sumantur. Nam & ægre concoctionem admittunt, crassumq́ʒ succum reddũt, eamq́ʒ ob causam uitandæ sunt. Quod autem adstringentis succi discrimina quædam sint succus austerus & acerbus secundũ plus minusúe perspicuũ est. in austeris enim adstringendi qualitas remissa est, in acerbis intensa. Quare quanto glandibus acerbiores sunt Acyli, tantò glandes castaneis. In his enim astringẽdi facultas ualde imbecillis est, quã uis æque ac reliquæ glandes inter crassi succi cibos annumerentur, commodius tamẽ concoquũtur, ac nullatenus praui succi, & adstringendæ aluo minore efficacia sunt. Sed & harũ usu uberiore abstinendũ, non ea tantũ de causa, ꝙ sicuti multa quæ diximus, crassi succi habeantur: sed ꝙ ęgre concoqui, aluumq́ʒ adstringere, & inflationes excitare possint. Palmarum fructus (Græci omnes quemadmodum diximus tũ palmas tum ipsarum fructus eodem uocabulo Phœnicas appellãt) dulcis succi sunt, et adstringendi etiam facultatem habentis. hos medici quidam recentiores composito nomine Phœnicobalanos uocant, idq́ʒ apud ueteres Græcos in usu non est: nanqʒ illi hos fructus φοινίκων βαλάνους, hoc est palmarum balanos siue glandes, non phœnicas, seu phœnicobalanos dicunt. Nunc aũt de nominibus distincte differere non propositi operis est: sed ad eius generis homines pertinet, qui in ocio uitam agunt: eosq́ʒ potissimum qui ueterem Atticorum linguam didicerunt: At quæ ad sanitatem faciunt, ea omnibus hominibus necessaria sunt. Cũ uero eius generis uictu quem ratio bonæ ualetudinis postulat, uti omnes nequeãt, uel quia negocijs dediti, uel quia intemperanter uiuant, uel quæ tuendæ sanitatis causa agenda essent, ignorent, illorum duntaxat studio præsens opus aggressi sumus, qui salubris uictus rationem agnoscũt, ad eamq́ʒ sese accommodare student. Inter Acylos & Quernas Glandes, Castaneasq́ʒ in ipsis particulatim arboribus, non magnũ fructus discrimen recipit, at in Palmis nõ leuiter differt. Nanqʒ Aegyptia palmula dura, siccaq́ʒ & austera, si cũ ea conferat, quam Græci Pateton ꝙ calcatæ similis sit dicũt, quæq́ʒ & satis dulcedinis & imbecilles adstringendi uires habet, natura inter se contrarias esse arbitraberis. Aliæ uero inter has mediæ censentur, ut quæ plus minúsue austeritatis aut dulcedinis habeãt. Harum succus & crassitiem habet, ac facile iecur obstruit, quodq́ʒ scire ac meminisse expedit, dulces cibi crassiq́ʒ succi iocinoris ac lienis obstructiones faciunt, tũ inchoantẽ iã in uisceribus phlegmonẽ satis augent: inflationesq́ʒ, & in scirrhũ induratas affectiones, necnõ abscessuũ generationes (ut liquido patet) proritant. Sed hæc forsitan à salubri uictu cuius pars in hoc opere scribitur, remotiora sunt. Rursus ergo ad rem reuertamur, deq́ʒ ijs cibarijs agamus, quorum succus tum crassitiẽ, tum lentorem in se habet. Ex his enim alia crasso duntaxat succo sunt, ut Lenticulæ. lento alia, ut Maluæ. nõnulla utrunqʒ sortita sunt, ut quæ Mollia ab Aristotele & Dura testa intecta appellantur.

XI Nostris autem corporibus alimentum ac commodatissimum est, quod ex his rebus conficitur, quę nec crassi, nec tenacis succi sunt. Hęc enim moderatæ consistentiæ sanguinẽ gignunt. Quod uero tenue admodum est, uitium in se habet, siquidem parum nutrit, quæq́ʒ eo cibo nutriuntur corpora, & gracilia et imbecilla redduntur. Ad bonã itaqʒ ualetudinẽ eiusmodi cibi accõmodatissimi censentur, qui mediã quandã naturã inter ea quæ diximus, habent, quiq́ʒ non nimis tenaces glutinosiq́ʒ sunt. In his quoqʒ uitium inest, qui omnino friabiles habentur, ut qui paucissimũ in se lentorem habeant. Panis enim ex Panico Milióue confectus, dum estur, arenam, uel quasi cinerẽ refert. Eapropter cum Etnos similiter ac Lecython, ex antedictis confeceris, pinguia, lentoremq́ʒ in se habentia illis admiscenda sunt. Hæc enim agricolæ indito uel oleo, uel suillo caprinóue adipe, uel ouillo bubulóue lacte in cibo sumunt. Etnos à nobis appellatur, quod ex fresis leguminibus chedropisq́ʒ conficitur: at Lecythos, cũ hęc ipsa moliuntur, eorũdemq́ʒ farinam adipe aliquo admisto in aqua decoxeris. Si uero cibaria per se nõnulla inspexeris anteaq́ʒ uel elixa, uel tosta, uel frixa, uel tantummodo madefacta propriam præparationẽ adepta sint, terrestria, duraq́ʒ apparent: elixa uero, aut humore madida, mollia reddunt. huiusmodi est, ex frumentaceorum genere, Hordeũ, ac Triticũ: ex arboreis fructibus Nux pinea. Ad id ergo mentem quoqʒ adhibere debes, ut nõ modo cum in exteras regiones perueneris, uerũ etiam apud nos, siquid tibi insuetum edendum est, eius prius naturã non elixi, sed aqua duntaxat madefacti experiare, uel id tibi simul elixandum, assandumúe est. Nam quæ ex seminibus aut omnino ex fructibus intumescunt, ueteremq́ʒ protinus siccitatem duritiemq́ʒ deponunt, molliora q́ʒ & humidiora redduntur, præstantiora: quæ uero minime tument, pristinamq́ʒ duritiem retinent, deteriora sunt. Hæc eñ & terrestri substãtia sunt, ægreq́ʒ concoquuntur, atqʒ ut, & in uentre perficiantur digerãturq́ʒ, & in iocinore ac uenis in sanguinem conuertantur, ualentibus corporis facultatibus opus est. Quæ sanè ambæ actiones in imbecillis corporibus haud prospere succedũt, propterea q́ʒ succus ex cibis eius generis crudus redditur, ex quo multiplices morbi gignũtur. Sed quoniam singulæ fructuum species maxime inter se differunt, id animaduertendum est, ut siqui tibi in cibo sumendi sunt, madefaciendi prius, interdũq́ʒ etiam pręcoquendi, ut cuiusmodi naturæ fuerint, certissimum experimentum assequaris. Quamobrem Pater meus harum rerum diligens studiosúsque, cum Amygdalas hoc pacto expertus esset, Nucesq́ʒ Iuglãdes Auellanasq́ʒ quas Põticas, & à paruitate Leptocarya appellant, ideq́ʒ in olerũ ge

nere, atq; itẽ in Fabis, Cicerculis, Pisis, nec nõ Lupinis, Ochris, Dolichisq; tẽtasset, hæc scilicet omnia uel madefaciẽs, uel præcoquẽs, quãtũ deinde tumoris cõciperent, agnoscebat. De Ptisana autẽ quidnã recẽseri à nobis debet. Iã pueris planè patet; q quæ celeriter turget, probatissima, quę post multũ temporis parũ intumuit, uitiosa est. Nanq; illa liquat, & in cremorẽ uertitur, hæc difficulter liquescit, ac duritiem retinet, cremoremq; paucissimum præstat. Cæterum cerealia quædam semina dum coquuntur, nequaq; tumẽt: atq; hæc à priscis quibusdam medicis quia percoqui non possunt, Aterãna nuncupantur. Quamobrem Pater meus & eo quo paulo ante diximus modo, & copia etiã farinæ Triticum experiebatur. Nã quod præstantius, plus quidẽ: quod deterius est, minus farinæ reddit. Quæ igitur dico ne arbitreris minime ad rẽ pertinere, siquidẽ quod communiter dicitur de cunctis seminibus fructibusq; qui reponi possunt, id ab eodẽ Patre & à me etiã diu exploratum, longoq; experimento comprobatum est. Sed iam patet eos fructus cõmode me dicere asseruari, qui priusquã marcescant, exiccentur: idq; nonnulli sustinere non queũt, ut Mora, Pepones, Melopepones. Adde etiam Persica & alia eiusdẽ generis. Hæc eñ putrescunt priusq̃ arefiant. Nõnulli tamen Cucurbitas in tenues partes dissectas arescere sinunt. quemadmodũ etiam alij fungos. Sed & maximum prauitatis fungorum putant esse signum, quòd siccari non possunt. At de seruandis Prunis quid scribendum est? Nemo est enim qui nesciat, ea non modo apud Damascenos Iberosq; sed apud nos quoq; seruari. Quare paucissimos fructus deprehendes, qui siccari nõ possint, præter quos diximus Pepones, Melopepões, Armeniaca, Persica, & quæ à Romanis Præcocia appellantur. Ficus etiam siccatæ durant: ac Cucumeres ut Cucurbitæ reponũtur: sed hæc in usum hyemis asseruata eadẽ quoq; ratione explorãda sunt. Nam quæ aquæ madorem penitus hauserint, uel adhibita coctura, uel secus, inter cætera consimilis generis præstantissima sunt. Quibus uero accidit, ut multo temporis spatio non admodum intumescant, uitiosa censentur. Quò fit, ut cibi qui illico in tumorem crescunt, & natura meliores habeantur, neq; aptius tantum concoqui possint, uerũ quoq; ad bonos humores gignendos (cuius rei indagandæ hæc omnia scribimus) sint præstantiores. Nihil enim in cibarijs omnibus ad boni succi generationem tam pertinet q̃ si probe in uentriculo concoquantur. Nanq; hæc & alterã & tertiã concoctionẽ facilius admittunt, sed secũda cõcoctio (ut planè nosti) in iocinore & uenis, tertia in singulis quæ nutriũtur partibus perficitur, cuius quidem gratia duæ illæ priores expetuntur. Nam quæ nutrienda sunt, nutriente secundũ qualitatẽ mutato, & ad eius quod nutritur naturã assimilato, nutriuntur. Præparata autẽ præcoctaq; cõmodius q̃ quæ concocta non fuerint, transmutãtur: inuicem enim concoctiones succedunt: nã quicquid uentriculus concoxit, ad iecur transit, ab il-

A lo ad nutriendas partes transmittitur. Cunctis ergo corporis partibus iecur alimentũ præparat: illi uẽtriculus: huic os: ori quædam uel iurulenta, uel assa, uel frixa, uel tantummodo madefacta: sed his omnibus gubernatrix natura fructiferas plantas præparat. Nonnulla etiam ab ea ipsa gignuntur, quæ nec elixanda, nec assanda, nec madefaciẽda, nec aliter præparanda sunt.

XII Sed hæc ut omnibus quæ edendo sunt cõmunia, in uniuersum nouisse oportet. Nunc uero quæ iam omisimus, particulatim attingamus. omissa autẽ sunt ex animalium particulis, Vẽtriculi, Vuluæ, Intestina, Aures, oculi, atq; etiam Caudæ, nec non cerealium seminũ & plantarum quas Horæas uocant, atq; olerum quoq; permulta. Vẽtriculi ergo Vuluæ Intestina duriori quàm caro B substantia constant: quoq; ea duriora sunt, eo etiã concoctu difficiliora, nec adeo boni succi: minoreq; ad nutriẽdum q̃ caro ipsa efficacia sunt. Sed Caudæ sunt his quoq; duriores: reliqua uero in ipsis quæ ad concoctionẽ & nutritionẽ spectãt, duritiei proportione respondẽt, hoc tamẽ excepto, quòd motionis causa minime excremẽtosæ sunt. Cum his uolatilium Colla similitudinẽ quandam habent. Ventriculus ex pedestrium et uolatilium genere maxime differt. Nam in pedestribus crassus durusq; est, & concoctu difficilis, at in uolatilibus si concoquatur uberrime nutrit. gallinæ uero & anseris præstantissimus est: Cæteræ uero anserinæ partes alis exceptis, & duræ & excrementosæ C sunt, nec facile concoctionem admittunt. Ex grãdibus struthis (quos modo Struthocamelos uocant) membra omnia dura excrementosa, & concoctu etiam difficilia. Aurium cartilago & sicca est, & minime nutrit: Earum cutis exterior tenuis aridaq;, ægre item concoquitur, & paucissimi nutrimenti est. Oculi à paucis eduntur. Constant eñ ex dissimili substantia. Ex his nanq; Tunicę aliam naturam sortitæ sunt, aliam Musculi, aliam quod à crystalli ac uitri similitudine Crystalloides ac Hyaloides dicitur. Inter hæc Musculi tantũ facillime concoquuntur. Ex animantibus quorum natura ad bonos humores gignendos aptissima est, Sues mediocris iam ætatis habentur: qui enim ad summũ creuerint, hominibus uigentis ætatis, seq; D exercentibus: qui uero adhuc increscunt, ijs quorum ætas inclinat idonei sunt. Caro ex porcellis paruulis excrementis scatet. Quare ex pedestrib. animantibus Suilla caro probatissimus cibus est, deinde Hœdina, mox Vitulina. Agnina uero humida, tum lentorem muccoremq; in se habere cẽsetur. à cæteris pedestris generis meo iudicio abstineat, quisquis boni succi generationi animum curamq; intendit. Quæ sane quonam pacto secũdum speciem differãt, libro tertio de facultate alimentorum docuimus.

XIII Ex seminibus cerealibus Ptisana quæ probe cocta sit cibus optimus existimatur, bonumq; succũ gignit. Indicat quoq; hic sermo Hordeum itidem optimum esse oportere. Nã si huiusmodi non est, nunquam congruam cocturam admittit.

eamq;

eamq; ob causam madefacta non admodum intumescit, nec in cremorem liquatur. Sed de Ptisana copiosius à nobis dictũ est in libris de facultatib. alimentorũ, deq; morbis curandis, atq; in ijs commentarijs quos ad eum librum interpretandum qui de uictus ratione in acutis morbis habetẽ, scripsimus. Nunc autẽ caput hoc quo utimur ad præsens opus explicasse sit satis. Ptisanã scilicet probe cõfectam ex cibarijs omĩbus omni prorsus noxa uacare, prodesseq; tum ad sanitatẽ, tum ad bonos quoq; humores gignendos. Minus tamen hęc nutrit q̃ optimus panis: de quo primo de facultate alimentorũ uolumine diximus. Fœnogræcũ non boni succi est, si quis eo liberalius utatur. Ptisanã uero & si quotidie ad satietatẽ sumpseris, non idcirco boni succi generationẽ impedies. Idẽ quoq; de fabis dicerẽ, nisi inflationes parerent. neq; enĩ mali succi sunt, aut obstructiones faciũt, quæ duo in salubri uictu præcipua sunt. Hæc autem sibi ipsæ uendicant, cum abstergendi qualitatẽ uimq; sicuti Hordeum obtineant. Pisum extergendi quidem uim non æque habet ac Faba, sed inflatione caret. Lentes (ut ferè omnibus nòtũ est) & uitiosi succi, & melancholici sunt, ijsq; in multis affectibus medicamenti loco persæpe utimur, sed hæc modo recensenda nõ sunt. Ochri præterea ac Dolichi his quæ diximus deteriores, ac cicerculis meliores habentur. Post hordeũ Olyra annumerãda est, post hanc Typha: à panico quod à priscis non nullis Meline etiã nominatur, penitus abstineas. Huic Milium cõsimilis generis est, sed minus malum. Cicer egregie nutrit, sed nec boni succi est, & inflat non minus q̃ faba, semenq; auget ac ueneris desiderium. Lupinus non mali, sed crassi succi est, proptereaq; (ut iam patet) probe nutrit. Cætera autem legumina ad bonos humores gignendos recensere non attinet, neq; enim ea edunt homines, nisi fame & rerum inopia cogantur. hactenus ergo de his.

XIIII De fructibus deinceps agendũ est. Nanque quos arbores ferunt, omnes ferè (ut ita dixerim) mali succi sunt, his tamen exceptis Balanis, quas Castaneas uocant, quæ si in uentriculo concoquantur, efficaciter nutriunt, atq; eæ crassi quidem, nunquam autem mali succi sunt. sed inter reliquos fructus, qui à tempestiuitate præcipua horæi, id est fugaces appellãtur, humorem uitiosum gignunt, ac si forte in uentriculo corrumpantur, símiles fere letalibus uenenis fiunt, sicuti in Moris contingit, quæ & si Persicis & Prunis sunt moderatiora, cum tamen corrumpuntur, non minus in se habent uitij q̃ illa. Sed Ficus Vuæq; per id tẽpus, quod Græci proprie oporan uocant, dictis fructibus sunt præstantiores. Refert quoq; nõ parum utrum ad maturitatem perfectã deuenerint fructus, an secus. Maturæ enĩ Ficus ferè innoxiæ sunt, Vuæ deinde, & eæ quidẽ appensæ. ita enim quicquid inflationes facit abijciunt, & omni penitus uitio carent. De Caricis siquis boni eas & mali succi esse dixerit, forte inter se pugnantia dixisse uidebitur, cum tamen uerũ utrunq; esse pos-

A sit. habent enim in se, tũ quod salubre, tum quod insalubre sit. Nam si eæ ipsæ per uentrem transierint, quodq; ex ijs alimentũ conficitur, per renes corpusq; digestum fuerit, & salubres, & boni succi censentur: sin autẽ retardarint, peioris quoquo modo succi sunt, & pediculorum copiã gignunt: cũ Nucibus autẽ sumptæ cibi probatissimi sunt, atq; item cum Amygdalis, sed cũ his obstructionis aperiendæ & abstergendi gratia sumuntur, neque ita bonũ succum pręstant, nutriuntq;, ut cum miscentur cũ nucibus, cum quibus ad omnia habentur præstantiores. Quin & nonnulli de letaliũ uenenorũ cõpositione scribẽtes, Caricas cum Ruta Nucibusq; præsumptas, uenenis eiusmodi uniuersis aduersari testantur. Reliqui arborũ fru-
B ctus mali succi sunt, ijq; potissimũ quos syluestres plantæ & frutices ferunt, sicuti de his uberius secundo de facultate alimentorum uolumine diximus. Sed Malis, Piris, Punicisq;, & Mespilis, non alimentorum sed medicamẽtorum loco utimur, ad stomachi uidelicet uẽtrisq; firmitatẽ & robur. Inter fructus quoq; Cucumeres, Pepones, Melopepones connumerantur, quorũ nullus boni succi est. Quòd si celeriter perfici digeriq; non possint, in succum fere letalibus uenenis similẽ uertuntur. Cucurbita duntaxat ex huiusmodi fructibus damnanda non est, si tamen in uentriculo corrumpatur, ipsa etiam malum succum gignit. Mora itidem si cito perficiantur, & priusquã corrum-
C pantur, transierint, innoxia sunt, nisi ijs quispiam liberalius utatur. Atq; hæc in cõmuni de horæis fructib. omĩbus scire ac meminisse oportet. Ex oleraceis nihil est, quod bonũ succũ præstet. Lactuca enĩ in his quæ boni maliq; succi sunt, mediocriter se habet. Post illam Malua habetur. Post hanc Portulaca, Atriplex, Blitum, Rumex. Sed Lactuca agrestis, Chondrilla, Scandix, Gingidiũ, Seris, Cichorium, aliaq; ex oleraceis agrestibus omĩa uitiosissimi succi sunt. Radices autem olerum acrimoniã in se habentium, ut Allij, Cepæ, Porri, Raphani, & agrestis Pastinacę, malum succũ gignũt. sed Ari, Ariq; radix, & Rapi, quod Buniada etiã, id est Napum appellant, in ijs quæ boni prauiq; succi sunt, media habetur.

D XV Præterea Aues, Piscesq; ferè (ut ita dicã) omnes boni succi censentur, exceptis lacustribus, palustribus, & qui in immundis fluminibus ac turbidis degunt. minus enim natationibus se exercent, uitiatoq; aere, & prauo uictus genere utuntur, præsertim si in aquas illas, urbis alicuius amplissimæ, latrinarum, balneorũ, culinarumq; loturæ & purgamenta defluant, aut si in ijs & uestes et alia eiusdem generis abluãtur. Caro enim animantium, quæ uiuunt in aquis eiusmodi, earumq; potissimum, quæ ibidem duntaxat immorantur, deterrima est. Quæ uero in meliores aquas se transferunt, ijs sunt deteriores, quæ puro ex mari uictum capiunt. Sed fere animantes omnes, quæ in ea maris parte uersantur, quæ dulci se aquæ non immiscet, innoxiæ sunt, ut Pelagicæ, Saxatiles, quę tum ad bonos humores gignendos, tum etiam ad gu-

stus ipsius uoluptatem cæteris multo sunt pręstantiores. harũ itaq; freques usus tutissimus est. Nonnullæ præterea sunt, quæ duplici ex humore uiuunt, tum marino tum dulci, ut Lupi, Capitones, Cācri, Gobij, Murenæ, Anguillæ. Quare in ijs primum quærendum est, ubinam sint captæ: deinde id olfactu & gustu experiundũ. Nam quæ depravatis aquis nutriuntur, & mali odoris & insuaues, muccosæq; sunt, cumq; lōge sint alijs pinguiores, citissime emarcescunt. Sed quæ puro ex mari uictum petunt, & boni odoris sunt, gustuq; suaues, pinguedinis autem uel nihil omnino, uel paucissimam in se habent, diutiusq; à putredine illæsæ durant, præsertim si niue circumdatæ sint. Ad hunc enim modum quæ duriores fuerint, pręstantiores euadunt: cum caro ipsarũ reddatur friabilior, uti & caro Aselli, & eorũ quæ in saxis degunt. Nam quod in his naturaliter inest, id ea quæ duræ sunt carnis à niue sumpserunt. Quamobrē Capitonum caro puro in mari degentium, ab his qui uitiatis in aquis uiuunt, diuersissima est. Similiter Gobij, Lupiq; se habent, idq; in alijs quoq; quàm in his quæ sunt dicta, clarius patet. Murenæ quoq; ex aquis eiusmodi pessimæ fiũt: Anguillæ nunq; boni succi sunt, tametsi puro in humore uersentur, nedum in eo qui urbium sordes & purgamenta in se recipit. Secũdum quoq; locorum pastiones, pisces & meliores & deteriores fiunt: idq; ore gustuq; facile explorabis, quemadmodũ ex Mullis, ij quidem peiores sunt qui carcinnadas pascunt, reliqui uero duriore sunt carne, non modo q̃ saxatiles aselliq;, sed etiam q̃ capitones, q̃ lupi, & cæteri pelagici: proptereaq; difficilius concoquuntur, sed efficacius nutriunt, maliq; succi nihil in se habent. Sed de his quæ ad nutriendũ pertinent, tribus de facultate alimentorũ cōmentarijs exactius disseruimus. Quos sanè qui salubrib. cibis peruestigandis studet, minime negligere debet, neq; etiã omnino opus illud quod ad tuendã sanitatē spectat, cuius pars quædã ij dem ipsi cōmentarij sunt. Scripsimus quoq; & alium librũ de extenuante uictu, illi scilicet opposito, qui crassæ materię est, prosperæ quidem ualetudinis studiosis apprime utilem.

XVI Sed illud in primis hac in re memoria tibi tenendum censeo, eum scilicet neq; auxiliorũ, neque salubrium ciborũ exactam notitiam consecutum, qui materierum uires accuratissime nouerit, nisi corporũ quoq; naturas, quorũ causa cibi expetuntur, agnoscat. Ex his enim nōnulla densa sunt, & quæ perspirare non possunt: laxa nonnulla, & quæ facile inaniuntur: eamq; ob causam humidiore illa egent alimento, hæc sicciore. Alia item glutinosius, alia tenacius: parcius alia, alia uberius alimentum exigunt. Similiter quibus sanguis est admodum melancholicus, humidi calidiq; cibi dandi sunt: quibus uero biliosior, humidi & frigidi: uerum ubi pituitosus existit, cibis tunc opus est qui calefaciendi siccandiq; uires habeāt: præterea qui probato multũ sanguine abundarint, parcius nutriendi, eorũ in uictu nullæ euidentes uires insint, sed mediæ materiæ existat, ut neq; egregie calefaciendi, refrigerandi, humectandi, siccandiq; facultatem obtineat, eadem ratione neq; crassus aut tenuis, neq; lentus aut aridus, uel (quod lento opponitur) friabilis sit. Ariditas enim in duris ualdeq; siccis rebus, id autē quod est friabile, in mollibus medijsq; inter humida siccaq; inuenitur. Cōmune tamen utriq; est ut tenaci lentore omnino careat. Is ergo qui rectè alimentis usurus est, scire in primis debet, quæ nam sint in hominũ cute laxitatis densitatisq; discrimina, deinde quale sit totius corporis, postea singularũ partiũ temperamentũ, idq; an illę propriũ seruent. Interdum enim caput plus iusto calidius, uētriculus frigidior est: sæpe etiam contra, hic quidem calidior, illud frigidius. Itidem quoq; accidit in alijs partibus. Quæ sanè in libris de morbis curandis, deq; tuenda sanitate pariter inuestigauimus. Sed quod ad alimenta spectat, id ante omnia quærendum, ac potissimum considerandum est, quonam uidelicet modo cōmodissime concoquantur. mox ut concoctus humor qui in diuersas corporis partes fertur, illarũ partium temperamento accōmodatus sit. Quamobrem ut rectè quispiam uti alimentis possit, necessaria cognitu sunt quæ de tēperamentis scripsimus. Qua in re cum sis ipse abunde uersatus, quod reliquũ adhuc est, ac necessario ad earũ rerũ notitiã expetit, quæ bonos malosúe humores gignunt, adiungã, à uinis scilicet initio sumpto.

XVII Ex his igitur quæ aquosa tenuiq; substantia sunt, urinam mouent, & paucissimi sunt nutrimenti. Crassa uero, ut Theræũ & Scybelites, non leuiter quidem nutriunt. Verum in ipsis quoq; discrimen est plus minusúe, crassitudinis proportione. Huius generis uinum habetur, quod Aegæ apud nos ac Perperina ferunt, quarum hæc Pergamo, illæ Myrrhinæ finitimæ sunt. Scybelites necnon Theręũ absolutæ dulcedinis est: Cilicium austerum dulceq; simul, quod etiam à locis in quibus nascitur, Albates appellatur: sed quę Aegis ac Perperinæ proueniunt, media inter hæc sunt. neq; enim exquisitam dulcedinē, nec notabiles adstringendi uires, sicuti Ciliciũ, in se habent: nigraq; hęc omnia sunt. Nulla enim uina inuenies crassa pariter ac dulcia quæ nigra nō sint. Cum itaq; mustum ex albissimis uinis coxeris, & quod siræũ uocant, hoc est sapam, cōfeceris (id apud nos hepsema appellatur) nigrũ æque ac Theræũ colorem referet. ita etiam Caryinũ se habet quod dulce est, itemq; Therinum: sed tamen hoc nec colore adeo nigro, & minore dulcedine est, quàm Caryinũ. Alba uina haudquaq; dulcia sunt, sed alia austera & crassa, alia aquosa ac tenuia. Ex flauis autem rutilisq;, nonnulla mediocriter dulcia sunt, sicuti Hippodamantium, Faustianum, Falernum: nonnulla omnino dulcedine carent. Sunt autem his rubra crassiora. Et ex rubris, quæ proxima colore ipso nigris sunt. Nutriunt autem hęc omnia crassitudinis proportione: eamq; ob causam, qui indigent refectione, ut dulce uinum potent, suadendi sunt, ac tum præcipue cum horum iecur, lienq;, & renes uitio careant. Verũ cui crassus humor per uenas redundat

dat, tenuis substantiæ uinum: cui frigidus, acre & uetustũ: cui non frigidus, quod neq; acre neq; uetustum sit, accõmodatũ est. Ad bonos autem humores gignendos, odorũ præstantius, sed tamẽ caput tentat. Tenue ciendæ urinæ magis idoneũ, capiti nullam infert noxã. Vitanda quę crassa simul, maliq; odoris, gustuq; non grata & austera sunt, quale est Byciũ, grandioribus uidelicet testis non paruis conditum. Quod enim sumitur ex his quæ paruę sunt, nec grauiter olet, nec insuaue nec crassum admodum est, neq; item cum acerbo sapore astringẽdi uim habet: Idẽ uero nec boni nec mali succi est, sed horũ mediũ censetur. Ex uinis probatissimi succi Falernũ habetur, potissimũq; id quod dulcius est. Eiusdẽ quoq; generis Tmolites existimatur, rutilũ scilicet ac dulce. Namq; aliud ex hac ipsa specie & austerũ est, neq; æque atq; illud bonum succũ præstat, sicuti & alia omnia quæ egregie austera sunt, quamuis laxum stomachũ ac uentrem firment, ac tum præcipue, cum calida intemperie affecti sunt. hac enim de causa, atq; etiam ad alui fluctiones sistendas austeris utimur uinis: prę terea ad nullos alios usus ea accommodare solemus. Nam nec alimenti ipsius digestioni, nec sanguinis confectioni, nec bonis gignendis humoribus, nec facile reddẽdæ urinæ, nec eliciẽdis sudoribus, nec aluo deijciendæ quicq; cõmodi afferunt.

XVIII Sed non enitendum nobis nunc est, ut bonitates omnes, uitiaq; uinorum recenseamus, quæq; potissimũ pro morborũ qualitate differũt. Quod ergo præsentis nostri est operis & instituti, iterũ sumamus, & per breuia quidẽ capita explicemus. Corporibus itaq; intemperie uel naturali, uel quoquo modo aduentitia biliosis, nec Falernum uinũ, nec Tmolites rutilum scilicet dulceq;, nec Ariusium, nec Lesbiũ odorũ rutilumq; & antedictis simile, idoneũ est. Cuncta enim huius generis uina calida sunt: proptereaq; nec biliosis, nimioq; æstu, & ardore, fameq;, aut mœrore uexatis, nec item ubi anni tempus, regio, tẽpestasq; calida existat, danda sunt. Cõtra uero utiliter ijs dantur qui calefaciendi sunt, utpote pituitosis frigidisq; temperamentis, crudiq; humoris copia refertis, tum ijs qui frigidis in locis ociosius uiuunt. Dantur quoq; in hyeme, frigidaq; & humida tempestate. His itaq; omnibus rutilũ dulceq; uinum accõmodatum est. Contrariũ uero ijs qui contrario modo se habent, atq; id quidem, non quòd uitiosos humores gignat, sed quòd eos qui refrigerandi essent, calefaciat, capitisq; dolores & febres facile inferat, neruosq; nonnunq; lædat. Ex rutilis autem illud quod mediocriter dulce est, (nullum enim ex his dulcissimum, sed paulo dulcius, & nigrius inuenies) non æque ac rutila ipsa calfaciendi uim habet. Non ergo ab re capiti neruisq; innoxium est, nec more eorũ quæ diximus, febres excitat. Quòd autẽ crassa uina dulciaq; aluũ deijciãt, nemini ferè ignotũ est, sicuti mustũ quoq;: quod tametsi ægre concoquatur, crassumq; succũ, & inflationes faciat, aluum tamẽ mouet, idq; boni duntaxat in se habet. quod si interdũ efficere non po-

A test, mirum in modum nocet. Inest aũt cõmuniter uinis omnibus (his tamẽ exceptis quę nimis crassa dulciaq; sunt, quale est Therĕum & Scybelites) ut longo temporis spatio flauo colore perfundantur, quiddamq; igni simile coruscans præse ferant. Nam & è nigris uina qualia apud nos gignit Perperina, uetustate in rubrum, aut rutilum prius, deinde in flauum colorẽ transeũt. Albũ quoq; quale est Bithynum Aminæum, quod ubi inueterauit, Romani Cecubũ uocant, cuiusmodi fuerit generis, haud planè agnoscas. habet eñ amaritię quandam qua potui minus idoneum redditur. id tamẽ caupones cum recẽtioribus uinis admiscent, eaq; pro uetustis uendunt, atq; ita nõnullos fallũt, qui in degustandis uinis non omnẽ notitiam habent.

B XIX Vitanda ergo quæ nimis uetusta sunt, nimisúe recentia. namq; illa præter modũ, hæc nullatenus donec recentia fuerint, calefaciũt, quæ ut aliquẽ usum cibis concoquendis afferant tantum abest, ut ipsamet sint difficilis concoctionis. Præterea nec cõmode per aluum transeunt, nec digeruntur, nec urinam mouent, nec sanguinis confectioni, nutritioniq; idonea sunt. Sæpe etiam (ut aqua) in uentre suspensa remanent, ut si paulo amplius ex ijs hauseris, facillime coacescant. Sed ex recentibus uinis genus illud duntaxat tutò ebibitur, quod tenuis substantiæ est, sicuti ex Italicis Gauranum, Albanũ, & ex Sabinis Thuscisq; nonnulla, ea enim non in uniuersum omnia eiusmodi sunt. Aminæum quoq; quod in eo colle nascitur, C qui Neapoli imminet, cito ut bibatur idoneũ redditur, quale est apud nos in Asia Tibinum, Arsyinum, ac præterea etiã Titacazenũ. Sed hæc exempli gratia à nobis sunt posita. Nanq; ego uina huius generis apud omnes ferè nationes inueni, uerum non ita facile ea nouerunt externi, duabus de causis, uel ꝙ non ita multũ uspiam abundent, uel quòd longam non ferãt nauigationẽ, proptereaq; à mercatorib. in exteras uehi prouincias nõ possint. Huius autem generis uina facile dignoscuntur, primũ tenuitate, deinde candore, quibus cum aqua potissimũ quandã similitudinẽ habent. Gustu enim aquosum quidpiam sapiunt, nullasq; adstringendi ualentiores uires habent, neq; uberius dilui patiuntur, unde à priscis medicis ꝙ parum a- D quæ ferant, dicta sunt oligophora. & quemadmodum rutila uina, cum calida potestate sint, replent protinus caput: sic quæ diximus, non modo capiti penitus innoxia sunt, sed etiam leues eos dolores nonnunq; tollunt, qui ab humoribus in uentriculo collectis solent prouenire. Neq; enim caput tantũ modo tunc dolet, cum proprijs quibusdam uexatur affectionibus, uerũ quoq; cum halitus uaporq; ex deprauatis uẽtriculi humoribus eò ascendit. Huic dolori leue, & parũ aquæ ferens uinum, quodq; exiguã adstringendi uim habeat, epotum succurrit. Quæ uero omnino sunt exoluta, cuiusmodi apud nos Tibinum est, & ex Italicis Sabina nonnulla, tanto his deteriora sunt, quæ leniter adstringunt, quanto sunt aquis præstantiora. Quin & aquæ potio, uitiũ præcipue in se habentis, nonnullis

nullis capitis dolores infert. Nam & ipsa corrumpitur, & naturale robur exoluit, quo fit ut ubi uentriculum inualidum reddidit, in cauas eius partes ex reliquo corpore sanies quædam biliosa defluere consueuerit, more eorum quos inedia premit: quibus sane offensis noxisq; dictum uinum contemperamẽti ratione hominẽ actutum liberat, ac paulo post ubi uentriculũ firmauerit, quæ illi noxia sunt, ad inferiores partes defert. His tamẽ qui natura aut ætate calido admodũ sunt tẽperamento, aquę potus lõge accõmodatior uino est. Quod utiq; si necessario interdum adhibendũ est, sit quidem tenue, & leuiter austerum. Ea etiam ratione esculenta poculentaq; omnia non unicuiq; simpliciter sunt idonea, sed distingui ad utentium naturas, aptariq; debent. Et uina quidem si distincte (ut diximus) species ipsorum à nobis considerentur maxime: reliqua uero non admodum inter se differunt. Nunq; enim uel lenticulam uel brassicam humectantis naturæ esse deprehẽdes, sed minore alteram ad siccandum efficacia, cum humectandi potestate nullam. Ex Cæpis item, Porris, Allijsq; nulla sunt quæ refrigerandi uim habeant, sed plus minusúe calefaciunt, neq; agrestis Lactuca, Atriplex, Blitũ, Portulaca, calefaciendi facultatem habent, in his tamen plus minusúe non magnum discrimen recipit, at in uinis quod uetustissimum est, et Cecubum, ut diximus, à Romanis appellatur, adeo ab albo simulq; austeritatẽ habẽte, necnõ recẽte crassoq; differt, ut illud efficacissime calefaciat, sensibilẽ hoc refrigerandi uim habeat.

XX Mellis quoq; non parua differentia habetur. nã quod uitiatũ est, tanq; mali odoris, gustuq; aliam qualitatẽ admistã referens, mel quidem dici non debet. Synceri & uitio carentis mellis discrimina hæc sunt, plus minusúe dulcedinis & acrimonię in se habere. Dulcissimũ acerrimumq; eximiæ æstimationis est: sed cuiuslibet generis mel calefaciendi uires habet, sumptumq; à calidis corporibus facile in bilem conuertitur, idq; in omni melle cõmuniter inest: propterea pituitosis admodum naturis, ætateq; & senio confectis, utiliter datur, frigidis quoq; morbis accõmodatũ est. Acetũ mulsum sanitatis tuendę gratia ætatibus naturisq; omnibus utilissimũ, siquidẽ obstructiones omnes discutit, adstrictosq; meatus ita aperit, ut nulla in parte crassi glutinosiq; humores deprehẽdantur. ea propter eius generis medicamina, quæ medici salubria uocant, tenuandi omnia in se potestatem habent, tutioraq; ad bonam tuendam ualetudinẽ censentur, q̃ quæ crassiores humores reddũt, sed bonam habitudinẽ roburq; efficere non possunt. Quin & nonnulli incertam potius & non tutã sanitatẽ expetũt, dummodo bonã corporis habitudinem assequantur, quàm gracili semper & imbecillo corpore firmissima sanitate frui: sed ex his qui bonæ habitudinis ac roboris sanitati student, alij sibijpsis uacant, alij eam sibi proponũt uitam, quæ militiæ, occupationibus dedita est, noctuq; exurgere, totaq; die necessarijs rebus inseruire cogunt. Sed ex his qui poterit ante balnea exerceatur, quodq; gymnastæ apotherapeuticon, quasi recuratorium dixeris uocant, adhibeat. Sed plerique negocijs impliciti hoc facere nequeunt: propterea q; fieri non potest, ut bene semper se habeant, & si modeste sobrieq; cibũ sumant. Qui uero quo ad possunt, quæ ad bonam tuendam ualetudinem agenda sunt, non omittũt, raro morbis corripiuntur. Ab illis ergo uberius nutriens cibus crassosq; humores gignens, necessario sumendus est, sed cũ moderatione quadam, eo præsertim tẽpore, cum euidens illos indigentia cogit: at omnino in posterum mediæ materiæ cibis, nec parcius uidelicet, nec copiosius nutrientibus utantur.

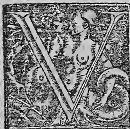
XXI Vitãda penitus quæ uitiosi succi sunt, præter quam æstate, cum languentiũ corporũ siccitati & calori succurrendũ est: his enim hoc ipso tempore Mala, Pruna, Cerasa, Moraq; idonea sunt, itẽ Cucumeres, Pepones, Melopepones, sed parcius his uti debemus. Dantur quoq; Præcocia, Persica, & quæ à Romanis Melce dicũt, refrigerata tamẽ, nec nõ spuma lactis quæ à Græcis Aphrogala nominatur, atq; etiã cibaria ex lacte confecta, quale est, quod Argyrotrophema appellant. Ficus itidẽ frigidæ & cucurbitę ita affectis accõmodatę sunt. Sed moderatus uir ac prudens, in ęstuosis quos diximus laboribus, alium adhibebit modum, ad refrigerandam humectãdamq; corporis siccitatem. Ex balneis nanq; rediens, epota prius aqua, mox uino mediocriter aquoso, ijsq; per uomitionẽ reiectis, Lactucam edat, quæ innoxia est, simulq; refrigerandi uires habet: sumat post ea suillos Pedes bene decoctos ex aceto & garo, itemq; Alas gallinæ uel anseris, & eiusdem etiã Ventriculum, nec non pisces nonnullos frixos ex his qui molli sunt carne: danda item ex oleribus quæ mali succi non sunt, sicuti Malua, Cucurbita: uinũ postea ubi frigida aqua ualde dilutum sit: potet. Ante id tamen etiam aliquid, uel ex Salsamentis, Ouisq; tremulis, uel ex Piscibus ex oleo et garo sumi potest. Sed melius (ut dictũ à nobis est) calori siccitatiq; corporis gelida aqua succurrit: uitandaq; semper mali succi cibaria sunt. Idem quoq; frigida Alica præstat ex mulso uidelicet uinoq; frigida sumpta, maliq; succi nihil in se habet. Sed mihi sæpius similes æstus & calores perpesso Ptisanæ cremor bene refrigeratus, satis fuit, per id scilicet tẽpus, quo quispiam commode (ut modo dixi) frigida aqua usus est. Sed alter alteri refrigerãtis cibi potusq; sit modus. Nã nonnulli cum niue uti soliti sint, per illam refrigerãt, alij aqua fontana, cum hac etiam uti soleant, quibus niue minime opus est: sit quoq; dilutum uinum pręfrigeratum, (sic enim uinum à medicis appellatur, quod uase exceptum, tum in gelidissimam aquam impositum prius refrigeretur) Sed hæc illis pręcepta traduntur, qui in eo uitæ genere uersantur, quæ assiduis occupationibus impeditur, ut qui regẽdis populis & administrandæ reipublicæ præsunt, horumq; potissimum satellites & ministri. Itidem quoq; se habent, tum quos bellicus labor exercet, tum quos uiarum & itineris longitudo fatigat. Qui uero huiusmodi nego-

cijs uacui solutiq; sunt, si exercitatione uti solent, quamrarissime frigido egent potu. Qui minime exercentur, summa æstate cum uehementi calore urgentur, fontis aquã bibant, niuisq; usum uitent. hæc enim quamuis protinus nullam iuuenum corporibus sensibilem læsionem inferat, sensim tamẽ occulteq; crescente uitio cum iam ætas progressu temporis inclinarit, articulos, neruosq;, & uiscera ijs morbis uexat, qui uel difficulter admodũ, uel omnino tolli nõ possunt, neq; id quidem temere. namq; ea pars corporis quę natura imbecillissima est, à lædẽte quolibet patitur. Quòd autem uitiosi humores, morbiq; gignantur, cruditas assidua maxime in causa est, siue ea ex boni siue ex mali succi oriatur cibis. Sed id euidens palamq; est, eam scilicet cruditatem longe alijs deteriorem esse, quam uitiosi succi cibaria effecerunt. Quæ cum duplici modo se habeant, si tenuem quidem succum reddunt, acutos morbos cum maleficis quoq; febribus inuehũt, succorumq; uitio in unam duntaxat particulam decumbente, tunc erysipelata, herpetes, aliæq; affectiones calidæ oriunt. Si uero crassum succum efficiunt, articulorũ, & renum uitia (Græci arthritidas & nephritidas uocant) podagræ, anhelationes, tum lienis iocinorisq; in scirrhum indurati affectus gignuntur. At quibus malus corporis humor melancholicus fuerit, cancri, lepræ, scabies, quartanæ febres, necnon atrę biles, cutisq; uitiatus & ater color, cum lienis itidem tumore fient. Horũq; permultis ex hoc ipso humore nigri uarices, & hęmorrhoides accident. Sed ex multis humoribus mistæ affectiones, herpetas, & phagedænica ulcera, atq; item maleficia omnia quę Cacoethe appellant, & acutas febres, quæ denuo ad tempus reuertantur, producere solent.

CL. GALENI IN LIBRVM DE SALVBRI DIAETA COMMENTARIVS.

Hermanno Cruserio Campensi interprete.

PROOEMIVM.



VNVS hic liber peculiarem habet titulum, ut totius præsentis libri pars prima, ubi de natura humana sermo habetur. Nam in illo, quod receperat, præstitit omnibusq; numeris absoluit. Et hic quæ instituit, toto opere tradit. Vnde uniuersus liber, exceptis illis quæ his duobus libris interposita sunt, conuenientẽ sibi inscriptionẽ sortitus est, quam quidã de Natura humana, & Diæta fecerũt. Atq; ut est prorsus liber de humana natura inculpatus, omnino autem quę inter duo hęc uolumina irrepserunt, reproba: Ita & liber de salubri diæta, ferè caret uitio, ubiq; cum Hippocratica elementorũ institutione coniunctus: sunt tamẽ eius loca, cæterũ admodũ pauca, quæ non absunt à uitio. At esto, quod multis probatũ est, Polybi.

1 Idiotæ hac debent diæta uiuere.

Ecquos idiotas appellat, huius libri interpretes, in quæ quidẽ incidi cõmentaria, prçterierunt: nec unq; ex præceptoribus meis, cum librum prælegerent, quæsiui. Nunc quando cõmentariũ in ipsum statui scribere, male prætermissum à meis preceptoribus iuxta ac interpretibus quosnam dicit idiotas, animaduerti. Nempe enim hoc in cõfesso est, quam infra diætam tradit, hanc Polybũ non omnibus hominibus, sed solis præscripsisse idiotis. Atqui hoc libro si solis priuatis cõsuluit, parum recte interpretes libri indistincte acceperunt, quasi ad omnes in cõmuni homines sit habitus sermo. Inuenimus enim ἰδιώτας à Græcis appellari nõ simpliciter, sed in relatione ad aliquid. Nam hunc esse huius idiotam artis aiunt: illum illius exercitij. Est cum hos opponant illis, qui genti aut oppido præsunt, aut omnino publicũ aliquod munus obeũt: itaq; qui ueluti priuatã uitã agunt, idiotas hos, id est, priuatos appellant. Equidẽ cum mecum considerarem, ecquos de his Polybus uocet hoc loco idiotas, Athletas illum existimaui à cæteris hominibus aperte separare: quandoquidem unam illi diætã in pane constitutã, & carniũ esu habent. Ab his, qui militant, aut peregrinantur, aut etiam pugnant, quibus non est delectus habẽdus, quibus cibis uesci, aut non oporteat. His enim uti cogitur quisq;, quorũ datur facultas. Preterea qui quoquo modo festinanter faciunt iter, nequeunt ullo modo, ut dictat Polybus, rationem habere uictus. Et breuiter, quicũq; negocijs publicis distinẽtur, aut uitã degunt quam uocant πολυστατικόν, id est uarijs casibus obnoxiã. Quare ad hos solos, qui sibi uiuunt, q̃s priuatos uocãt, diæta, quã tradet, spectat.

2 Hyeme præ cæteris plurimũ comedendũ, bibendũ quamparcissime. Et potus esse uinũ debet quãmeracissimũ: cibus, panis: obsonia, assa omĩa. Oleribus hac tẽpestate præter cæteras paucissimis utendũ: nã hac potissimũ ratione corpus calidũ & siccũ fit.

Summa totius narrationis cõmemorata, recte ad finẽ orationis adscripsit, qua de causa singula, quæ dicta sunt, præscribat. Etenim calfacere corpus & siccare instituit, adductus temporis immoderato temperamento. Quòd si moderatũ fuisset, ut uere est, moderatã seruare diætã mandasset: cõseruanda siquidẽ moderata sunt: quæ modũ excedunt, immutanda. Iam mutatio non nisi ex cõtrarijs fieri poterit immoderatis. Nã quod ultra modum corpus, aut iam est calfactũ, aut calfit, refrigerari quærit. Quod uero est refrigeratũ, uel refrigeratur, calfieri. Simili ratione in immoderata humiditate

ditate & siccitate morbiferas excellentias contrarijs admouendis repellere oportet. Ac cõtrariam immoderationẽ applicare debemus, quæ hactenus à tergo medium & mediocre relinquat, quatenus ab illo recessit morbifera. Quocirca bruma, quia temperamento est frigido & humido, conducit quamplurimũ cibi sumere: bibere autẽ omniũ parcissime. Plurimũ hîc non ad facultatẽ referes, sed ad cætera tempora. Itidem bibere omniũ parcissime, cõpones cum reliquis tẽporibus. Eodem est modo dictum, esse uinũ meracissimũ debere, præ eius alijs temporibus mistione. Veruntamen ad uirium modum, præsentemq; usum, moderaberis uinũ & cibũ offerendũ: sic etiã somnũ, gymnasia, & in summa, quæcunq; à medicis exercitia appellantur. Nam uinũ quidẽ meracissimũ, & assas carnes calfacere simul & exiccare, si cum maza & oleribus conferantur, quis est qui ignorat? Et panem item præ maza calfacere dixeris & siccare. Atq; hæc quidem autorem attulisse ueluti exempla duces. Tu porrò etiam legumina deliges, quæ calefaciunt & exiccant, ut lenticulã. Præterea de oleribus, quæ hac sunt facultate prædita, ut brassicam: sic ex carnibus, quæ syluestriũ sunt animantium, & sale conditæ. Sed & mihi quoq; hæc sunt pro exemplis dicta. Nam solida per se alimentorum sylua tribus cõmentarijs, qui de facultate alimentorũ inscripti sunt, constat. Itaq; quemadmodũ recte sunt hæc de cibis in qualitatibus deligendis & uitandis dicta, sic & quæ de quantitatis modo tradidit. Nam cibi, præut alijs temporibus, plurimũ hyeme concedemus, memores probe in Aphorismis esse dictum: Aestate & autumno cibos difficillime ferunt: hyeme facillime: secundum locum uer tenet. Quòd sicui, qua de re hæc fiant, cognoscere cordi sit, docuit & hoc in Aphorismis, his uerbis: Vẽtres hyeme & uere calidissimi sunt, quòd aer id temporis frigidus intrò arceat densando, & in penetralibus corporis concludat naturalem calorẽ, qui æstate perspiratione digeritur. At respiratione aer attrahitur calidus. Respirationẽ uoco, cũ spiritus intrò & foras per os fertur. Perspirationem, quæ per totum corpus perinde fit.

3 At Vere ineũte, amplius potandũ & dilutius est, ac paulatim. Sũt pręterea sumẽdi molliores cibi, paucioresq;, atq; panis subtrahẽdus, mazaq; exhibẽda, tũ obsonia eadẽ ratiõe. Iã etiã assa elixis cõmutãda, ac oleribus iã in uere paucis utendũ, dũ ęstatẽ homo attigerit, tũ cibis omnib. utendũ molliorib, obsonijs elixis, olerib. iuxta et crudis & elixis, poculis multo dilutissimis et plurimis, et ut ne magna mutatio sit subito utẽti.

Ampliorẽ dixit, & dilutiorẽ, non plurimũ, & dilutissimũ uere potum esse offerendũ. Nam plurimum & dilutissimũ æstate iubet, quæ contrarium hyemi temperamentũ habet, bibere. At uer ut medio est inter extrema temperamento, ita mediam requirit diætam, frigidiorem illam quidem & humidiorẽ, ratione hyemis, calidiorem et sicciorem, æstatis ratione. Proinde ex his planũ est, quomodo quam tradidit seruandã æstate et autumno diætam, interpretari debeamus. Quare id quidẽ mihi prætereundum est: & lectoribus sæpius seduloq; attendẽtibus dicta omnia clare sunt, ut hactenus quæ habita sunt, nullum desiderent interpretem.

4 Æstate maza molli nutriri, & potu diluto simulq; multo, tũ obsonijs omnibus elixis oportet. Atq; his ita, ubi sit æstas, uti debemus, quo frigidũ sit & molle corpus. Siquidẽ tẽpestas calida est & sicca, corporaq; reddit & adusta & squalida. Quare his rationibus obuiandum est. Eodẽ modo, ut ex hyeme in uer, ita ex uere in æstatẽ cũ deuenitur, cibũ deducere, potũ autẽ augmentare oportet, atq; in eum modũ annũ complendo, ex ęstate in hyemẽ peruenire. In autumno cõtra, cibi maiori copia, & sicciores exhibendi & obsonia eadem ratione. Pocula pauciora, ita ut meraciora, ut cum hyems cõmoda sit, homo perpetuo potu utet meraciori, & pauciori, & cibo quamplurimo & siccissimo: nam ita in primis ualebit, minimeq; rigebit. Tempus enim hoc magnopere frigidum & humidum est.

Quæ in præsentia tractant, ita sunt dissecta, nec ullũ desiderant, qui ipsa interpretetur: q omnibus plana fecit Polybus, nec ullam quæsiuerit puram methodum: cæterũ ut sunt scripta, ita accipiuntur.

5 Habitibus corpulẽtis, & multũ mollib. & rubicũdis, toto ferè tẽpore uti uictu sicciori ex usu est: humida enim est illorũ natura.

Quemadmodum temporum differentiæ aliam atq; aliam rationem uictus denunciant, sic habitus corporis: ad quos nunc, absoluto de temporibus sermone, descendit. Et ut accõmodatam diætam demõstrauit in temporibus, sic in corporum formis. Nam corpulenti, molles, & rubicundi, tales ex temperamenti humiditate euaserunt. Qui contra ac hi constituti sunt, de quibus mox aget, ex siccitate. Quamobrem conuenit humidis siccior uictus, siccis humidior. Quæ si recte sunt dicta, neminem latet, temperatos decere diætã temperatam. Atq; temperatos uoco, quos nec corpulentos, nec graciles, sed appellant quadratos.

6 Duri, graciles, fului, & nigri ferè semper uictu debent uti humidiori. Siquidem corpora horum sicca sunt.

Temperamentorum notas in commentarijs de temperamentis omnes scripsi: ubi τοὺς στρυφνοὺς, id est, duros, & τοὺς προσεσταλμένους, hoc est graciles esse temperamenti siccioris docuimus: sic nigros quoq;. At fuluos non diximus sicco temperamento esse, cæterum hos, qui illis sunt colore finitimi, quos flauos nuncupant, quando & flaua bilis est

temperamento sicco. Verum quidam scriptores minorem in uocabulis usurpandis diligentiã adhibentes, cõmittunt, ut rerum doctrinam confundant. Atq; sic nonnulli Germanos flauos uocant, qui flaui tamen non sunt, si de nomine exactam rationẽ ineas, sed fului. Quod est huius reliquum orationis, tum uere, tum clare est dictum. A

7 Corporibus iunioribus utilis uictus est mollior & humidior. Nã hęc ætas sicca est, & corpora etiamnũ sunt cõcreta. Senes uero siccior uictus plerunq; decet, q̊d id ætatis corpora humida sint, mollia, & frigida.

Hic ad ætates transit, ubi diuisionem non plenam fecit, qui eas non in quatuor differentias secauerit, sed in duas tantũ: cum deceret, siquidem ætatũ temperamenta rationis uictus studebat indices habere, sicut temperamẽta quatuor sunt, sic dissecare ætates in quatuor, ac humidã & calidam statuere puerorũ, siccam & calidam adultorum, siccam & frigidam eorũ qui ætate inclinata sunt, humidam & frigidam senum. Sed puerorum ætatem merito est par esse humidam, ꝙ incremẽtum incidere in aliud temperamentũ possit nullũ. At ætati adultorũ, quandoquidẽ plus iusto calida est & sicca, utilis est contrariæ diætæ usus: id quod etiam ad ætatem spectat inclinatam & uergentem. Verũ de ætate senũ magna est quæstio, quam neglexerũt propè omnes: de qua paulo inferius, posteaq; ętates satis exposuero, uerba faciã. Si nanq; pueri plus habent citra controuersiam, ut humiditatis, q̃ est ex usu inculpate ualentibus: ita caloris (neq; enim simpliciter sunt, ut adulti, calidi: sed natiuo calore, qui tẽperatus est, qui in bono sanguine consistit) ætas quæ inter pueros intercedit & adultos, quæ epheborum est adulescẽtulorumq;, optimo fuerit temperamẽto. Atqui optimũ quando medium est, uictus etiam medio esse temperamento debet: ut neq; humidius eorũ corpus, neq; siccius, neq; calidius, uel frigidius reddamus. Verumtamẽ corpus puerorum, quanq; habeat plus humiditatis, q̃ salubris habitus postulat, nihilo magis est siccandum: alioqui incremento prohibeas illos. Sed iam quia senes nonnulli esse humidos uolunt, alij siccos, atq; id utriq; indefinite, faciundum nobis est, ut partim illos esse siccos, partim humidos declaremus: quod in commentarijs ostendimus de temperamentis, ubi solidis corporis partibus esse declarauimus siccos: sed excrementorũ quia ex temperamenti frigiditate copia abundant, hactenus dicũtur humidi. Vnde si spectes utrunq;, contraria & duplex ab hac ætate indicatio existit medicis: ꝙ ob solidarũ partiũ siccũ temperamentũ, humectari desiderent: rursus propter affluentiã humidi excrementi, desiccari. Itaq; quonã modo utriusq; possis rationẽ habere, abunde in opere de tuenda sanitate diximus. Hoc loco satis sit summã illorũ, quæ illic scripsimus, retulisse. Cibus, potus, & quæ reliqua sunt, spectent humidũ & calidũ, quasi senũ solidæ partes corporis, quæ solæ recte partes uocantur, humectandæ & calfaciendæ sint. Rursus respicienda est uacuatio pituitosorũ excrementorũ. Quare si ex opere de temperamẽtis colligas, & uia scientiæ discas proprium senũ temperamentũ esse frigidũ & siccum: acquisititia autem humiditate esse præditos eos, ꝙ multa illis excrementa pituitosa generant: deinde illinc profectus ad cõmentarios de sanitate tuenda, discas quoq;, qua sint uictus ratione nutriendi senes, clare perspicies, quod hoc loco est obscurũ. Neq; eñ in duo erat humana uita diuidunda, neq; senũ dicenda corpora humida & mollia, neq; uictus eis sicco temperamento imperandus. At uero iuuenes cum dicat corpore esse cõcreto, & temperamento sicco, cõstat solos adultos eum dicere, hosq; appellare iuuenes. Proinde puerorũ præterijt, & inclinatã ætatẽ, atq; ut equidẽ dico, præterea tẽperatissimã, quæ media est inter pueros & adultos. Atq; adeo deprehẽdimus suũ sibiipsi esse suspectũ sermonẽ: neq; eñ uno uerbo dixit, esse senes sicco uictu nutriendos, sed addidit, plerũq;, quod est perinde, ac non semper: id quod nec habitui corporis, nec alteri adiecit ætati. Nam suus cuiq; corpori est uictus semper deligendus. B

8 Quare pro ætate, tẽpore, & habitu, est uictus nobis ineunda ratio, obuiandumq; cõstitutionibus, ęstibus, & hyemibus: nam ita demum optima sanitate degemus.

Hæc in summa dixit autor cum clare, tum uere: quæ sæpe nos, & multis locis explicauimus.

C Et iter facere hyeme uelociter debemus, æstate lẽto gradu: nisi sub sole iter faciẽdũ est.

Quo pacto iter faciendum sit singulis temporibus, docet. Nam esse hyeme eligendam ambulationem siccantem & calfacientem: æstate contrariam spectandam: nisi sub sole, inquit, iter faciendum est: tum enim festinato opus est, quò liberemur ocyus siccitate & calore, quæ corpori in itinere eiusmodi comparantur.

9 Corpulentis ocyus est iter faciendum, gracilibus lentius. Multis lauacris æstate utendum, hyeme minus multis. Gracilibus cõuenit plus balneum, quàm corpulentis.

D Celer motus augendo plurimũ calore corpus colliquat, in motibus uero remissioribus calor mediocris sanguificationi & nutritioni prodest. Quamobrem animantibus, ut bene nutriantur, adiumento est.

10 Vestes hyeme mũdæ sunt induendæ, æstate oleo infectæ.

Quid scriptor magis congruũ, quàm quod omnes attulerunt interpretes, intellexerit, ipse uiderit. Quòd si mundas, quia magis calfaciunt, aut halitus non interpellant, ideo uult hyeme indui: & infectas oleo, ꝙ aut refrigerant, aut halitum obstruunt, non probo orationem. Nam mundæ uestes, quæ denso contextu sunt, maxime si lacernæ sint, refrigerant: quo est harum commodior usus. Nam oleo quidem infectæ, planè sordidæ sunt.

Neq;

Neq; est quisquam hominum elegantium, qui ue- A stiri tam spurce sustineat, idq; æstate: cum etiã temporis diuturnitate plus calfaciant oleo infectæ, ꝗ mundæ, licet primo occursu sint frigidissimæ.

11 Crassi, qui tenues esse uolunt, ieiuni exercitationes cunctas subire debent, & cibũ adhuc anhelantes sumere, haud dũ refrigerati, & prius uinũ bibere dilutum, non admodum frigidũ: præterea obsonia sesamis parare, & cõdimentis, alijsq; id genus. Ac obsonia maiori copia sumantur. Nam ita paucissimis saturabuntur.

Quod postremo loco orationis est dictũ, Nam ita paucissimis saturabuntur: quidam de omnibus B prædictis pronunciari uolũt: quidam de obsonijs tantũ quæ sesamis, & similibus uult condiri, alijsq; multis. At quæ prædicta sunt, hæc sunt. Ieiunum exercitare: quod quidem aperte uacuat, ut replet à cibo exercitatio. Ad hæc ab exercitationibus anhelantes cibum sumere, nondum per halitum eorum calore digesto, aut refrigerato corpore: quã causam esse, quo quis celeriter impleatur, liquet. Si uero alia ratione id huius libri autor uult extenuare, nos præterit. Hoc certe noui, istud in causa fuisse, cur multis uiscera sint oppilata, in primis iecur: ut etiam à cibo uehementes exercitationes. Præterea his, qui habent in iecinore arctos transitus alimẽti, lauacra obstructiones creant. Sed hęc omnia una cum distinctis priuatim explicationi- C bus in opere de sanitate tuenda sum persecutus. Restat ut dictionem ipsam consideremus, in qua ait: Et prius uinum bibere non admodũ frigidum: atq; ita orationem instituit, quasi frigidum esse illud, non admodum tamen frigidum iubeat. Cęterũ non ita statim uult ab exercitationibus bibi uinum, sed prius aquam, quemadmodũ athletæ docti experiẽtia faciunt. Quippe uinũ caput tentat, si uel mox à balneo præ omnibus alijs cibis & potibus bibatur. Non tamẽ frigidæ post exercitationes potio, nisi calidam præbibas, noxa uacat. Offendit enim & hęc non obscure uentrem ac iecur, nõnullis etiã neruos. Iam corpus etiã corroborat frigidũ uinũ, & autor id resoluere uult. Nisi forte aliter erat scriptũ, & sit lapsus qui descripsit, (Nã D talia etiã hodie multa cernunt) qui pro non omnino calidũ, scripserit, non admodũ frigidũ. Etenim qui anhelãtibus adhuc præbere alimentum uult, corpore multis uaporibus oppleto, cũ uini potione calidi magis illos repleret, q̃d magnopere calidũ nõ secus ac frigidũ cogẽdo uẽtri atq; corroborando comparatũ sit: non cõmittet ut istud faciat.

12 Et semel tantum cibum sumere, supersedere balneis, duriter cubare, nudusq; obambulare, quoad eius fieri potest.

Rectius diceret parũ cibi sumere, ꝗ semel tantum cibum sumere. Sunt enim, qui semel duntaxat cibũ sumunt, & longe plus comedunt his, qui bis. At uero ut balneum corpus calfaciẽdo, maxime foris, ad digestionẽ refert, & digestorũ appositionem: sic si non laues, contrarijs cõmodes. Iam durum cubile affligit corpus, comprimit, cõstringitq;: itaq; eius in omnem partem incrementũ interpellat. Eadem ratione nudum deambulare omnes ad cutem attinentes partes refrigerat, tum uero in altum & uiscera calorem impellit, ut probe quidem coquantur cibi: cæterum quo minus quoquouersum permeent, obstat.

13 E diuerso qui ex tenuibus crassiores uolunt euadere, omnia hi cõtra ac illi instituere debent, nec ieiuni quencq; laborẽ subire.

Contraria his, quæ obesis præscribebantur, hęc sunt. Anhelantes non sumere cibum, sed ubi iam naturaliter respirauerint. Neq; semel tantũ cibum sumere, uerum iterũ aut ter comedere. Qui uero cõtra facit, ac illi, qui balneis abstinẽt, lauabit bis: ut tamen semper tempus à cibo, secundo balneo tribuat, interim etiã primo. Ita exercitationes quoque breues & remissas obibit, easq; à cibo. Eadẽ ratione molliter cubare, nec nudos in aere uersari his conducit. Quæ causa est, cur gymnastæ quasdã statuunt exercitationes, quę consistunt in hoc, ut cõplexibus, & toto corpore pugnetur (πρὸς συμπλέκεσθαι & σωματομαχεῖν ipsi uocant) in his quibus parare corpus student, uitantes, ne nudo eos corpore exercitent, & non cum complexu. Contra quos extenuatos uolũt, celeri exercitatione, ac citra primum complexum exercitant.

14 Vomitus oportet & uẽtris cataclysmata in hũc modũ usurpare. Sex brumalibus mensibus uomere: quia id tempus æstiuo est pituitosius, & morbi caput tentãt, & regionem supra septũ transuersum. At æstus ubi uigeant, uti cataclysmatis, quippe hoc tempus torridũ est, & corpus biliosius, & grauitates lũbos, & genua afficiũt, calorq; urget, pręterea fiũt in uentre tormina. Quare corpus perfrigerare oportet, & quæ eleuantur deorsum ab his locis subducere.

Ecquæ uocet cataclysmata, ex his quæ sequuntur, autor ostendit: hæc enim dicit, quæ lacte constant, & ex ciceribus elixam aquam, muriam, & aquam marinam. Nam alia ab his sunt purgantia medicamenta, quę totum corpus uacuant. Quare ut balneatores perluere se balnea dicunt, cum ab illorũ lapidibus cœnum eluunt, & sordes: ita uentris & intestinorum cataclysmata pituitam eis & bilem abluunt. Quãdo igitur hyeme generatur in uentre pituita, autor nobis est, ut pituitam uomitibus expurgemus. Et bilem æstate innatantem, retrahamus deorsum. Verumtamen uniuersum corpus si purgare instituas, æstate per uentrẽ superiorẽ, hyeme per inferiorẽ purgabis, ut est in Aphorismis relatũ. Nã quæ in præsenti abundãt his medeberis purgatione, ut tamẽ per loca quò uergũt, purgationẽ instituas. Siquidẽ ducẽda sunt, quò tẽdũt, per loca accõmodata. At quib. ne augeantur, uelis obsistere, per contraria loca retrahere debes.

15 Administrentur cataclysmata corpulentioribus & humidioribus salsiora, & tenuiora: siccioribus gracilioribus & imbecillioribus pinguiora, & crassiora. Cataclysmata, pinguia & crassa sunt, quæ lacte conficiuntur, & ex ciceribus aqua elixa, & id genus aliis. Tenuia uero, & salsa, muria, & aqua marina, & quæ eiusmodi sunt.

Quæ magis incidunt, corpulentioribus iubet præberi, quod pituitosiores hi sint: leniora uero gracilibus: nam sunt hi biliosiores. At uero quæ sint materiæ utrorumq; ipse subiicit: quæ quia interpretem non requirunt, ideo his præteritis, ad proxima me conuerto.

16 Vomitus autem hoc modo irritare oportet: homines obesi, ieiuni uomant, currendo, aut celeriter eundo meridie.

Vult crassis, qui uomituri sunt, corpus excalfactum esse, quò succi pituitosi, quo plurimo crassi abundãt, liquescant. Quinetiam omnium apertio uasorum, & angustorum meatuum raritas hac maxime ratione paretur. Faciunt autem hæc omnia ad facilem & minime molestum uomitum.

17 Sit hyssopi quadrãs contriti in congio aquæ, quem ebibat, acetum affundens, & sal aspergens, quo sit iucundissimum.

Incidentem esse potionem uelle illum, & qua de causa, nõ est obscurum. Nanq; homines crassi quandoquidem humoribus sunt præditi prorsus crassis, & frigidis, iisq; nonnullis lentis, ideo potionem eorũ incidentem uult esse. Ceterum quantam potionis, quam præscribit, copiam porrigat, non habeo exacte dicere: q mensura, quem congium uocant, non sit apud omnes eiusdem capacitatis. Si atticum congium imperat bibere, non mihi ille mos placet, multũ enim esse uidetur mihi. Erat tamen maioribus solenne, siquando uel lactis sero, uel eiusmodi cataclysmate utendum statuissent, magna copia offerre.

18 Bibat tardius primũ, deinde uelocius.

Nam à primo si affatim bibisset, continuo uomeret priusquam omne ebibisset, atq; succos in uentre contentos absterget, quos cum unà effunderẽtur, quos primæ uenæ habent. Sin autem primo lentius, postea omnino bibat largius, ea ratione fiet, ut mediocri tempore continere possit, atq; in tempore impetum ad uomitũ capiet, quod tandem magis affatim bibat.

19 Graciliores, & imbecilliores à cibo uomitum prouocent hunc in modum. Calida loti præbibant meri heminam, mox omnis generis cibos ingerant, nec in comedendo bibãt, nec à cibo, sed cõtineant se, dũ quatuor stadia quis progrediatur. Deinde illis in potum triplex uinum miscebis, austerũ, dulce, & acidum: primum meracius, & paulatim, tractimq;: deinde dilutius, celerius, & affatim.

A

Calida lotum, præbibere mandat poculum meracius, hac, ut coniicimus, inductus ratione: Calido balneo totũ corpus calfit, humores colliquantur, uasa euadunt laxa. quæ & ipsa uinũ meracius præstat, eademq; opera uiribus robur cõciliat, cuius habere maximam rationem in gracilibus uidetur. Mox, inquit, omnis generis cibos ingerãt: cuius nõ eandem omnes rationem, qui hunc librum enarrauerũt, scripserunt. Nam quibusdã de illis uarios cibos offerre uidetur, q inter sese mutuo dissidentes, minori negocio uomitũ cieant. Aliis, quò plus ingerant: quippe simplices, & unius speciei, mox saturant. Præterea non illis cõcedit statim bibere, ut cibi statim ne supernatent, quod cauet. Et ne istud accidat, tempus etiam constituit interea, quod cõmorentur, nutritioni sufficiens. Ipsumq; adeo tempus pronunciauit, dum quatuor stadia quis progrediatr. Quæ postq; ita præcesserint, dat bibere uina tria, quæ inter se sunt diuersis qualitatibus. Nam ex his uinis hoc esse austerũ uult, illud dulce, aliud acidum. Sed hoc etiã loco causam reticuit, quamobrẽ id præscribat. Qui uero ad eius sensum diuinationibus aspirant, dicunt austerũ ipsum administrare ob instrumentorũ, per quæ uometur, robur: dulce, ut uomitũ concitet, ad hæc q fundat humores dulce uinũ: acidum, ut abstergat, quæ uẽtri sunt infixa. Forte uero & cibos illis præscripsit diuersis qualitatibus, ut hi uentrem confirment, illi uomitũ irritent, alii succos abstergãt impactos. Verum quod frequenter in sodaliũ meorum & amicorum cæterorum congressibus dico, non tacebo in præsenti. Non paruũ esse istorũ delictum censeo, qui rationalẽ sectam uenditant: qui omissa ratione eorum, quæ dictant, pronunciant, tanq; edicta regia. Nam multo erat satius ipsum libri scriptorẽ, singulorum præceptorũ uim exprimere: ut fecit Hipp. in lib. de ratiõe uictus in morbis acutis, ubi de ptisana refert. Nã uiscositas eius lenis, cõtinua, iucũda, lubrica, & modice laxa est, sitim arcet, & ubi ablutione opus est, facile descendit, non astringit, nõ uellicat grauiter, neq; in uentre intumescit. Similiter de aqua mulsa, uino, oxymelite, & lauacris scribit: ut initiũ habeamus uiæ, qua nonnulla ab scriptore omissa, quæ cũ eius sententia sunt cõiuncta, adiiciamus. Et nunc quidem cum alia protulit, nõ addita causæ ratione, tum q bibendum est uinum primum quidem meracius, & paulatim, & tractim, deinde dilutius, celerius, atq; affatim: cogimur nos mentem cõiectare, qua scripsit. Est uero cum omnis alioqui ambigua coniectura, tum sanè maxime, ubi hominis sententia etiamnum ignoratur, Proinde dilutius bibere uinum, celerius, & affatim, de his qui cupiunt uomitum, nõ absonũ uideatur dictum esse: quandoquidem his qui retinere uolũt, & cõcoquere alimentũ, contraria conferunt, meracius, paulatim, ac tractim. Quare aũt, quę omnino retentioni sunt congrua, hæc offerat prima iamiam uomituris, nõ habeo

B C D markers in margin.

beo quod probabile adferam. Fortassis horũ autori non alienum uidebatur, quod interpretibus nõnullis probatur: quando hoc illi propositũ est, ut uires hominum graciliũ, quibus hæc dictat, ne prosternat, ideo præter cætera eas confirmat, ac mox ad cientia uomitũ progreditur. Verũtamen ad uires cõstituẽdas tempus, quod à cibo sumpto dabatur, satis erat. Alij item aliud, ut dixi, uidetur, non tamen numerandũ ut necessarium, quod demonstrationibus stabilitur ex scientia profectis.

20 Qui consueuit bis mensibus singulis uomere, rectius ille ordine duobus diebus uomat, quàm quintodecimo quoque die. Alij planè contra faciunt.

B Et huius quoq; oportebat rationẽ scriptorem cum primis apponere, quando præter distinctam ullam declarationẽ dixit de uomentibus bis quoque mense. Video enim esse qui uacuationis gratia uomunt: ut alios, qui unum diem in mense ieiunant. Et quosdam, qui humorem hunc uentri impactum, aut uiscidum, aut crassum expurgãt. Sed nihil tamen causę est, quin per interualla ista faciamus, non continuis duobus diebus.

21 Qui facile cibos reuomunt, aut quibus sunt alui astrictæ, omnibus conuenit his crebro in die cibum sumere, & esculentis uti uarijs, ac obsonijs uarie paratis, uina itẽ bina bibere, uel terna. At qui cibos reijciunt uomitu, uel aluis sunt p̃diti humidis, C his ex usu est, ut faciant illi modo cõtraria.

Qui uentrem purgare, aut corpus uacuare modice uolunt, his confert uomitus. Atq; hos sępius uult cibum sumere, eumq; uarium, & diuersa uina bibere. Contrà, eos qui uolunt uomere, uentresq; habent plus æquo humidos, ut quærant sisti, hos nec frequenter comedere, & uarijs cibis & uinis abstinere. Nã semel cibũ capere, & eum unicum, uinum item unum bibere, interest ad hoc, ut uenter illa & retineat, & coquat. Contraria uero ægrius tum concoquuntur, tum in uentre commorantur. Et pro ciborũ qualitate, et ordine sumptionis, aut innatare illos, aut excerni per aluũ contingit.

22 Infantes diu sunt calida lauandi, ijsq; D uinum dilutũ exhibendũ, quod prorsus tamen frigidum non sit, idq; offerendum, quod minime uentrem attollit, & flatum creat. Atq; hæc facienda sunt, quo minus tentent conuulsiones, ipsiq; crescant, & melioris coloris fiant.

Quò hæc dicta diæta spectet, ipse enarrauit: nẽpe enim ut minus, inquit, tentent conuulsiones, ipsiq; crescant, & melioris coloris fiant. Nam calida qui multo pueri tempore lauantur, molles permanent: id quod cõuulsionibus resistit. Nam conuulsiones ipse Hippocrates frequentiores esse dicit corporibus contentis, quàm remissis & laxis: tum mollia corpora facilius augentur, quòd in o-

A mnem partem facilius intendantur. Atqui quæ à conuulsionibus libera sunt, probeq; crescunt, his totum esse habitum salubrem, id latet neminem. Ergo id ipse uno insigni prodidit non cõtemnendo, boni coloris. Et uero etiam uinũ hos dilutum iubet bibere, nolens eos nimium calescere, idq; adeo q; non raro laborent conuulsione, quod quidem neruorum imbecillitati, & uoracitati acceptum referunt. Ideoq; uinum eos non frigidum bibere imperat. Atq; uinum quod esse eiusmodi debet, ut minime sit flatuosum, omnibus iuxta, nedum solis infantibus commodat.

23 Mulieribus ratio uictus esse siccior debet, cõmodiores enim sunt cibi sicci mollitiei carnis, ut item pocula meraciora referunt plus ad uteros, & fœtus nutriendos.

Mulieribus sicciorem rationem uictus præscripsit: quæ qualis est, ipse subijcit. Cæterum hæc opinio autoris controuersa est. Etenim si mulieribus esse humidis præter naturam sit, ut in intemperatis naturis, & affectis humidis morbis, recte illas siccaret. Iam cum eis hoc sit naturale, tuẽdum est: nisi salubrem mediocritatẽ excedat. Sed illud nos etiã in uiris spectamus. Namq; & his natura comparatum est mulieribus esse sicciores, qui ubi iustam siccitatem superent, ibi eorum intemperiem contrarijs corrigimus.

24 Qui exercitantur, his hyeme conuenit currere, & luctari: æstate luctari quidẽ parum, currere uero haudquaquam: sed deambulare multum in frigore.

Exercitationum differentias, quæ anni temporibus sunt peculiares, docet quæ hyeme calfacere ualent & exiccare: æstate contra.

25 Qui cursu defatigantur, hos oportet luctari. Qui uero defatigãtur luctando, currendum his est. Nam ita laborans partem corporis defatigationi obnoxiam, calidam conseruet, simulq; maxime recreet.

Si ita omnia medici rationales conscripsissent, nõ fuisset uerborũ fundendorũ locus interpretib. relictus. Id autẽ dico, ut addatur causa, cur ita nos agere iubet: id quod fecit hoc loco Polybus.

26 Si hos qui exercitantur maxime alui profluuia arripiunt, ac excrementa cibum referunt, suntq; cruda: de exercitationibus detrahere debent, nõ minus tertiã partem, & de cibis dimidiã. Constat enim non ualere uentriculũ aceruum ingestorũ ciborum omnem calfacere. Sit his cibus panis q̃ potest fieri maxime coctus, in uino tritus, potus quampaucissimus & meracissimus, caueantq; à cibo deambulare. Hoc aũt tempore semel tantũ oportet illos cibũ sumere: nã hoc modo uẽtriculus maxime calfiat, cibosque uincat. Porrò modus hic alui profluuij

corpora

corpora quæ carne sunt densiore, frequentior exercitat ubi compellatur homo, quando ita est natura comparatum, uesci carnibus. Venæ siquidem constipatæ, cibos nõ suscipiunt comesos.

Nõ uidetur hic de exercitantibus sese gratia sanitatis loqui, sed de his qui munus aliquod obeũt gymnasticum, ut non detur illis eius omnino dimittẽdi facultas, aut admodum multum remittendi. Propterea de illis detrahit de exercitio tertiam partem, de cibis dimidiam. Nam hactenus sperat cibum superaturos, ut non iam aut cruditate laborent, aut alui profluuio. Cæterũ hic quoq; suo officio functus est, quòd eorũ adscripserit rationem, qua adductus, hæc ipsa, & quæ hic sunt dicta, præscripserit. Nam modus, inquit, hic alui profluuij, hos qui carne sunt compactiore, capit, ubi carnes comedere cogantur. Vbi de gymnasticis uerba se facere significauit: hos enim comedere carnes cogunt. Ac subiungit: Venæ constipatæ cibos non suscipiunt comesos. Quod obscure dixit: quare interpretes putare compulsi sunt, cõstipatas eum dicere, pro induratis, & quæ ægre intendũtur, ut nõ excipiãt alimentum: quod denotari aiunt ex hoc: Cibos non suscipiunt. Sed istud digestionẽ citius q̃ lædere concoctionem consueuit, ut excernant illi humida quidem, at non cruda tamen. Atqui dixit ante, cruda hos, & quæ cibum referrent, deijcere. Verum quando adscripserit rationem, qua fretus ea consuluit, quæ consuluit, & etiamnum tenemur implicati, quid in his orationibus fieri existimabimus, quibus causam, quare facere illa nos iubeat, non adscripsit? Equidẽ nisi de his, Carne qui sunt cõpacta, adscripsisset, hærere me ingenue faterer, ut in multis alijs, in quibus cũ nihil eiusmodi apposuerit autor, audacissimi isti interpretes q̃d in mentem uenit, pronunciant. Iam quia prædito rum compacta carne meminit, quo cõmentarentur illi quoq;, quod utile esset de his naturis, ansam prębuit. Hi enim citissime plenitudinem aceruant, q non satis perspirationis habent. Vnde fit, ut cum sistatur digestio, prorsus humida euadant excrementa. Interdum non humida solum, sed & tenuia, & præter cæteros uoracibus. Nam cum ex deglutitis aliquid in corpus digerit, residua promptius uenter concoquit. At uero cum ciborum in eo permaneat aceruus, siquando eum degrauent, semel deijcit prius uniuersos, q̃ sint concocti. Potuit etiam per uenarũ duritiem quia intendi multum non poterant, digestio impediri alimenti. Verum talium naturarũ quo pacto haberi potuit curatio, scribere ipsum oportebat, instituto cõtrario. Siquidem totius habitus sunt scopi raritas & mollities, quæ molli frictione, & multa pinguedine in solijs fiunt. Hic uero symptomatibus immoratur, ac eorũ negligit interim ueluti radicẽ resecare. Iã in præsenti oratione istud quoq; dicit: cõstat enim non ualere uentriculũ aceruum ingestorũ ciborũ omnem calfacere. Atqui si uere incusauit habitus densitatem, et uenas cibum non suscipientes, iniu ste de uentriculo cõqueritur. Quòd si hic eũ quis uera dicere admittat, sequentem etiam diætam recte esse dictam, causam nõ dixerit: Panem percoctum, potum meracum, sed pauciorem, semel cibum sumendum, nec à cibo deambulandum.

27 Et hæc quidem præceps est natura, & ad partem uertitur utranq;, parumq; uiget bonus habitus in eiusmodi corporibus.

Præcipitem appellauit, compacta carne praeditorum naturam, uelut diceret quæ celeriter facit mutationes. Itaq; subnectit: Et ad partẽ uertitur utranq;, hoc est, ad bonum habitũ, & contrarium. Præterea addit: Parumq; uiget bonus habitus in eiusmodi corporibus. Nam in commentarijs in Aphorismos ostendimus, bonũ exercitatorum habitum, præter sanguinis repletionem & carnis, robur conseruare naturalium facultatum. Sed ut illic summã habitus bonitatem esse periculo ostendimus obnoxiam, quam nõ cito rara corpora consequuntur: ita usu uenit his, qui corpore sunt compacto, postea quã uelocissime propter difficilem per halitum digestionem his generatur, cogitur scilicet euestigio euerti, celerem obtinens generationem & dissolutionem.

28 Habitus uero rariores & hirsutiores, carnium esum magis admittunt, et labores. Suntq; his boni habitus diuturniores.

Quòd corpora hirsutiora cutẽ obtinẽt rariorẽ, itemq; genus carnosum, in libris de temperamentis didicimus. Quare hæc merito sanè cõmodius ait esum carniũ ferre, nempe quæ transpirantur: et labores, q minus sint lassitudinibus obnoxia, id quod etiã in libris de tuenda sanitate traditũ est. Quòd si hæc, & bonos habitus habẽt constantiores, ut quę non attingant continuo extremum.

29 Ac qui cibos postridie eructant, & si præcordia eleuantur, his tanquam cibis nõ percoctis, diuturnior somnus prodest: nihilominus horum corpora ad alium laborem sunt adigenda. Vinum bibant meracius, & largius, cibi uero minus sumãt hoc tempore. Liquet enim præ imbecillitate & frigiditate uentrem nõ esse ciborum multitudini parem concoquendæ.

Laudo hic eum, q fini adiecerit: Liquet eñ præ imbecillitate & frigiditate uentrẽ non esse ciborũ multitudini parem cõcoquendę. Nam quasi ad id respiciẽs, eum studet calfacere, eaq; gratia longiorem somnũ eis cõsulit, item exercitationem, atq; uinũ bibere, & meracius, & copiosius: præterea, id tẽporis minus comedere, quo ipsis cõtigit cruditate laborare. Nam reliquo tẽpore exercitantes sese & mouentes, uinũq;, ut diximus, bibentes, nihil est q ciborũ mediocrem copiam imminuant.

30 Quos sitis infestat, cibos hi & labores minuant, ac uinum dilutum bibant, idq; quamfrigidissimum.

Hic

Hic expressa est eo modo calidarum naturarum nota. In sexto libro Epidemiωn his uerbis: calidæ naturæ frigidæ potio conuenit, & quiescere. Vt enim appellauit corporis intemperamentum, subiunxit diætam, quam, qui ita sunt affecti, requirũt. Caput autem eius est, refrigeratio. Potissima uero in hac diætæ summa sunt, aquæ potio, & uacatio exercitationis. Hoc loco quiescere aliter expressit, nempe, labores minuant. Et pro frigidæ potione scripsit, ac uinum dilutum bibant, & quam frigidissimum. Mihi uero rectius hic præcipere uidetur, quòd potio diluta & frigida cum refrigerat, tum præterea uini obtinet commoditates.

31 Quibus uiscera ab exercitatione uel alio labore dolent, his requiescere ieiunis cõfert. Potus sit parcissimus, qui corpus ingressus cieat urinã: ut ne uenæ, quę uisceribus sunt innatæ, cõtendãtur plenæ. Quippe tubercula hinc, & febres generantur.

Omnia hæc præcepta in lucubratione de sanitate tuenda abunde tradidimus: et nunc memorię causa, ut in superioribus, ita hoc loco exponemus. Multis enim tametsi febri liberis dolores in uisceribus oboriũtur, potissimũ in iecinore, ubi à cibo se exercitauerint, uel lauerint. Cuius quidem causa angustia est uisceris trãsitus, ascendentiũq; crassitudo humorum. Etenim occlusi, & resistentes in uenarum strictis finibus, qua sanguis ex simis iecinoris partibus transsumitur in cõcauas, tum transitum obsepiunt, tum uenas intendunt, quæ in sima sunt iecinoris regione. Quas ita affectas dolo-

A res citra febrem excipiunt. Hos quiescere eo tempore oportet, q̃ dolor infestat: ac potare aliquid, urinã quod moueat, & iecur reseret. Qui nisi minxerint, his occasiõib. succedũt tubercula et febres.

32 Quem morbi corripiũt à cerebro profecti, huius primum torpedo caput tenet, meijtq; frequenter, ac alia patitur, quæ in urinæ stillicidio solent euenire. Hunc illud dies nouem molestat. & de naribus si fluat, aut auribus aqua uel muccus, à morbo uindicatur, & urinæ quiescit stillicidium. Meijt autem absq; dolore multũ & album,

B dum diem uigesimum transierit, & capitis dolor relinquit hominẽ, cęterum oculos intendentẽ splendor illũ fugit. At uiri est, qui facultate est præditus ratiocinãdi (quia homini tanti nihil, atque sanitas est) nosse de suo consilio in morbis esse præsto.

Merito habuerunt hanc orationem suspectam: nonnulli etiam damnarunt, non esse Polybi, & multo minus Hippocratis. Nam orationis omnino non constat initium, uolens cerebri morbos torpedinem inducere, & urinæ stillicidium. Quæ tamen oratio, uel si putet quis non cunctos eum cerebri tales esse morbos constituere, sed eos solos, quos fluens de naribus & auribus muccus & aqua depellit, haud est uera. Neq; enim

C semper ita rem se habere, neq; frequenter apparet.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI GALENI DE ATTENVANTE uictus ratione. Meminit huius libri in tractatu de alimentis boni & mali succi.

Cap. 1. Attenuante uictus ratione plerosq; diuturnos morbos sanari, aut saltem, si nimis inualuerint, mitigari: ut arthritides, dispnœas, lienis tumores, hepatis scirrhos & epilepsias. Quæ attenuent partim experientia, partim ratione cognosci. Acria omnia incidere, mordicare, urinas, & sudores promouere, etc. extẽuare calfacere, contra humores frigidos crassos & lentos prodesse. Quòd hic non de medicamentis, sed edulijs tantum agere instituerit & condimentis eorũ, ut sunt allia, cepæ, nasturtiũ, porrum, etc. quæ uiridia manduntur, exiccata uero non amplius cibi, sed medicamenta sunt. Omne siccum uiridi ualentius est: item matura immaturis, & montana locisq; siccis prouenientia, q̃ contraria. Frigida & pituitosa, ut poma & alia magis nocent si cruda sumantur. 2. Omnia tenera & increscentia, utpote humidiora, facultatib. moderatiora sunt, ideoq; pleraq; eorum uesca, etiam hominibus, ut silphium, sinapi, pyrhetrũ, eryngium, & alia olera syluestria: adulta uero multa ex eis, spinis horrent adeò, ut ne à pecoribus quidem attingantur. Hæc omnia incidũt quidem cum maturuerint, attenuant uero dum crescunt adhuc. (Hic incidendi & attenuãdi facultates Galenus distinguit: cum alibi ferè ubiq; coniungat.) Sic & urtica uiridis adhuc estur. Fœniculũ, ruta, coriandrum, anethum, calida sunt & tenuant. Olera quædam agrestia in medio sunt, ita ut neq; incidant manifeste, neque densent, ut lactuca, chondrilla, gingidia, & alia plura, quibus ueteres nomina non imposuerunt. Quod olfactu aut gustu aut utroq;, acre & mordicãs & calidum

D apparet, tenuat & incidit. Item quicquid odoratum olfactu, & aromaticum gustu est, idem etiam calfacit, sed minus superioribus. Incidunt etiam nitrosa, quorum multa aluum quoq; deijciunt: Item amara. Et horum multa edi solent, uel oxymelite, uel aceto, uel sale adiecto, & sic magis etiam incidunt, uel oleo, & sic minus incidunt. ut etiam quicunq; aquei & muccosi cibi sunt, & olera pleraq;, præsertim hortensia. Quomodo oleribus plerisq; uulgo uescantur cũ aceto: quidam mel, uel sinapi, uel semina odorata admiscẽt. Quas delitias etiã Galenus in uictu tenuante probat, palmulis exceptis quas quidam copiosius pulmentis miscent. In summa, Omnia alimenta quibus miscentur acria & calida, qualia prædicta sunt (item cepæ, alia, & coriandrũ) idq; eò magis, quo copiosius. 3. De asparagis, tum peculiariter sic dictis, tum chamædaphnes, uitis albæ, uiticis & spinæ turionibus, & de germinibus uitium, rubi, & aliarum arborum, quibus uescũtur homines, et de palmæ cerebro. 4. De seminibus, et eorum ab herbis unde sumuntur, differentia. De papaueris et lactucæ semine, q; refrigerent soporiferaq; sint. Frigida & humida semina incrassant: sisamum quoq; crassum & lentũ succum gignit. Attenuant calida, & sicca, et acria, et odorata, ut semina apij, petroselini, cumini, carui, anisi, libystici, sinapis, ameos, dauci, seseleos. Quædam ex his fortia & medicamẽtosa sunt, ut rutæ, lini, & cannabis semina, quæ caput quoq; tentãt. Quocirca unicum est tempus, quo quis rectè ijs utatur, cum scilicet sanguinẽ per urinas purgare uolet. 5. De cerealibus & leguminibus.

Chedropa tum omnia legumina uocari, tum illa proprie quæ manu carpuntur, ut fruges quæ falce metuntur, frumentum, et si quidam solum triticum frumentum uocent, alij hordeum quoq; ei adiungunt.

De tritico primum, quod crassi succi: & quomodo parari debeat, & quæ sint eius differentiæ. Similago etiã & alica crassi lentiq; succi sunt. Qui uictũ attenuantem instituunt, illa prorsus abstineant, hac moderate uesci possunt, uel sola aquæ incocta, uel adiecto mulso aut uino dulci flauo ac tenui. Potest & alijs edulijs & iusculis misceri alica. De sorbitione ex alica. De pipere. De ptisana, & admiscendis ei. Mel thoraci et pulmonibus utile, hepati & lieni noxium est. De hordeo, et diuersis ex eo cibarijs. De typha, auena et olyra. Quòd præter typham et olyram nullũ aliud zeæ genus agnoscat, & dubitare se utram illarum proprie zeam uocauerint ueteres. Mnesitheum uideri zeam uocare, quod uulgo typham nominãt, aut aliud deterius semen. Rursus de hordeo. De fabis, & q̃ pisa fabis ad omnia sint præ B stantiora. Eruiliæ, dolichi et phaseoli, multo fabis sunt deteriores. De lentibus, lupinis, cicere, et eruo De fœnograeco, quod calfacit, deterget, et ante alios cibos sumitur alui deijciendæ gratia, sed cum caput tentet, usus eius multus cauendus est, et aliorum omnium, quæ alui subducendæ gratia prima mensa sumuntur, (sunt enim flatulenta ferè) in quibus est lupinus, eruilia, phaseolus. Pruna etiam præmandunt, qui extenuante diæta utuntur. Quòd etiam echini, et conchæ, et ueterum gallinaceorum iuscula, uentrem subducant. De panico, milio, et lobis hortensibus. Alia praua semina uulgo etiam uitari. Solum hordeũ ex cibis frumẽtaceis, tenuanti uictui esse innoxium, secundo loco esse panem clibaniten ex tritico, à reliquis abstinendũ, nisi quis forte pisum uel lentem, aut alicam per magna interualla gustare uelit. 6. Ex piscibus & auiculis, abunde esse attenuantis alimenti. Animalia montana magis conuenire, q̃ quæ locis aquosis et campestribus degunt. Passeres, turdos, merulas, perdices, & reliquas monticolas mandas licet: abstineto ijs quæ in aquosis uiuunt, ut tardis, anseribus, et struthocamelis Mandendæ etiam sunt aues, quæ in turribus et in uineis degunt. Columbæ turricolæ domesticis meliores sunt, et apri suibus domesticis (quibus omnino abstinendum in hoc genere uictus.) Et quæcunq; exercentur otiosis præstant, Et quæ cibo sicciore, ijs quæ humidiore utuntur: Deniq; quæ purum ac tenuem aerem inspirant, ijs quæ contrarium. Quod si quis multum exerceatur, licebit ei et auribus et rostris & pedibus suillis uesci, uentre præterea et matrice, si bene elixa fuerint. Otiosus uero non his modo, sed syluestrium etiam suum partibus abstineat, contentus auibus montanis et piscibus saxatilibus, ut iulide, fuca, merula, turdo, scaro, in summa omnibus quæ carnem habẽt mollem simul et friabilem, non duram et lentam. Asellis non mollis quidem, sed non æque friabilis ut saxatilium caro est, ut mullorum friabilis, sed non mollis. Mollities et friabilitas duæ optimæ notæ sunt, de cuiusuis animalis carne, et ea abunde uesci licet: cui alterũ tantũ adest, cum alijs cares, uesci potes, non ad satietatẽ tamen, cui neutrum, prorsus omittendum. Sunt quibus alterum adest, fugienda tamen propter alterius exuperantiam: ut anguillæ licet molles, nimis lenti tamen et pituitosi succi sunt. ita hircorũ et boum caro, non lenta neq; pituitosa, sed dura est. Ex

A cartilagineis sola torpedo & turtur laudantur, ut in saxatilium penuria admitti possint, & quomodo præparari debeant. Dictis iam piscibus accedit solea et lacertus. 7. Ex terrestribus solis hœdis innoxie uteris. Equorum, asinorum, pardorum, ursorum et leonum esum damnat. proximi asinis sunt cerui, ij quoq; uitandi. Leporina siccat quidem, sed sanguinem nimis crassum gignit. Sanguis animalium cum alias, tum maxime in tenuante diæta uitetur. Canes et uulpes nunquam gustauit, conijcit autem uim eis inesse siccantem, et carni leporum similem. Alæ gallinarum conceduntur, (testes & uiscera nõ item) et reliqua etiam caro, præsertim enutritarum in montibus, si quis exerceatur.

Ociosus non gallinas modo, sed colũbas etiam, et turtures, modice edet. Turtur utpote siccans, præcipue montana, minus aut nihil nocebit. (quæ præ cæteris laudantur.) Turtur, perdix, et quæcunq; carnem habẽt moderate siccam, non recentia comedi debent, sed ubi unũ diem ad minus suspenderis: sic enim friabilia fiunt. Palumbem utpote duriorem, improbat. 8. Olerum radices excrementitiæ et concoctu difficiles sunt, dauci tantum et pastinacæ radices, ut nihil nocent in tenui uictu, ita nihil iuuant, rapæ plurimum nocent. In summa, solæ acres et calidæ gustandæ sunt, ut allij, cepæ, et raphani: eæq; pro pharmacis potius q̃ pro alimẽtis habendæ. 9. De arborũ fructibus, in genere, et singillatim. Duriores & astringentes huic uictui minime conueniunt, etc. Caricas, iuglandes, pistacia, & amygdalas amaras non improbat. Oliuæ medium tenent, ut et uuæ pensiles, non autem quæ in uinaceis conditæ fuerint, aut in uinis. Auellanæ et castaneæ improbandæ. De uuis passis, et malis punicis. Medici mali corticem, utpote acrem, et quod intus acidũ est sumi posse, carnẽ uero eius pituitosam et crassi succi esse. 10. De aceto et muria conditis. Acetum et muriam incidere ac tenuare. Cetacei pisces fugiendi, et magis ipsa cete, aut saltem condimentum aliquod acre adiungendum. In summa cibi ita conditi, extenuanti uictui conueniunt. proinde hoc uictu usurus, poterit ijs omnib. uesci si ex aceto aut oxymelite fuerint præparata: tum alijs etiam plurimis eorũ, quæ succo omni exhauriri queunt: quin & suilla ipsa exucca tuto uescetur. 11. Mel dulcissimũ esse ciborum, & succum consistentia tenuissimũ gignere. Vina dulcia admodum, quæ nigra & crassa sunt, ut sireon etiam, id est defrutum: (quamq̃ & ex ficubus ita appellẽt, quod multo inferius melle est.) Ficus maturæ in medio sunt: immaturæ uero, ut & uuæ dulces, minus cõueniunt: Palmulæ prorsus uitandæ. Rursus de uinis, ac multis eorum differẽtijs. Vina clara & pellucida, colore subflaua, non dulcia, sanguinem gignunt mediocrẽ. Flaua uero, dulcia, & splendida, paulo crassiusculum. Odorata et calidiora, ut capitis affectibus nocent, ita ad thoracis et pulmonis diuturnos omnes ac sine febri affectus, plurimum conducunt: sputa enim humectant et promouent. Vina item crassa et dulcia, minimeq; astringentia, cum tenuantibus medicamentis adhibeantur, in ijsdem affectibus prosunt. Quæ et qualia uina quibus in locis proueniant. Quòd uino astringẽte ueteres in celebritatib. usi sint (forte quia minus inebriat, et alui ac uesicæ excretiones moratur) sitim eo extingui, corpus euidenter nutriri: sed tarde permeare, facile acescere, nauseam prouocare.

CL. GALENI DE ATTENVANTE VICTVS RATIONE LIBER VNVS

Martino Gregorio Interprete.



QVVM uictus ratio attenuãs plerisq; diuturnis morbis adeo conferat, ut sola ea, sine ullo alio medicamẽto, sublati sæpe fuerint, operæpretiũ fuerit aliquid de ea distinctius perscribere. Sunt enim, quos præstiterit sola uictus ratiõe, sine medicamentis persanare. Vidi equidem non paucas arthritidas, quæ iam articulorum ossa nudarant: alias quidem hac uictus ratione in totum persanatas: alias, mitiores fuisse redditas. Vidi pręterea & eorum plerosq;, qui spirandi difficultate (quam δυσπνοιαν uocant) sæpe prehenduntur, adeo leuatos, ut aut prorsus reualerent, aut longo saltem interuallo leuiter affligerẽtur. Eadem etiã hæc tenuans uictus ratio magnos lienis tumores, & hepatis scirrhum colliquat. Ad hæc epilepsias paruas quidem & etiamnum incipientes penitus sanat: inueteratas uero ac consumatas iuuat non mediocriter. Hanc uictus rationem medici tenuantem appellarunt (quemadmodum aliam ei contrariam, incrassantẽ) pro eo humore scilicet quem in corporibus nostris gignit. Nota autẽ longa experientia nobis est, & ratione explorata: nam olfactus ac gustus mentẽ nostrã ad omnes eiusmodi cibos discernendos satis instruunt. Quæ enim sensus nostros pungunt, ac mordicant, ea omnia, palàm est, acria esse, & quæ succos crassos tenuare queant: quę etiam si largius æquo sumpta fuerint, uentriculum mordicant, ciborumq; nauseam magnam inducunt, & halitus acres emittunt, nõ modo dum manduntur, sed etiam postquã è corpore fuerint egesta. Plurima aũt eorũ urinas & sudores graue olẽtes & acres promouẽt: phymatibus præterea, ac furunculis sunt accõmoda. quædam aũt ex ipsis cutim diuellũt facile, atq; erodunt: alia uero pertundunt: alia ipsius partem aliquam in pus uertunt: ulceraq; magna, & quas uocant escharas efficiũt. Hæc omnia satis probant, ea acrem quandam, atq; incidentẽ habere facultatem: cui rei euidentissimo etiã sunt argumento humores in corpore nostro ab eis extenuati. Quin & experientia ipsa rationem confirmat: uidemus enim corpora omnia, in quibus humores frigidi, crassi, ac lẽti abundant, huiusmodi ciborum usu maiorem in modum alleuari. Vt in alijs, ita in his quoq; oportet medicũ tempori ac mensuræ usus diligenter esse attentũ: periculum enim est, si quis nõ recte ijs utatur, ne tandem prauo succo impleatur. Verum de omnibus in præsentia tradere nõ est institutũ, sed de edulijs duntaxat pertractare. Nemo igitur est,

A qui allium, cæpam, nasturtium, porrum, & sinapi propter facultatis ipsorũ uehemẽtiam ignoret in genere esse tenuantiũ: post illa aũt smyrniũ, pyrethrũ, origanũ, calaminthen, sisymbrium, pulegiũ, satureiã, thymum: quæ omnia uiridia quidem & prius q̃ exiccentur, mãduntur: exiccata uero, iam nõ amplius sunt cibi, sed medicamẽta: in summa, omne quod siccũ est, uiridi est ualentius: eorũ uero quæ sicca nõ sunt, maturiora minus maturis: & quæ in montibus ac locis siccis proueniũt, ijs quæ in campestribus ac planis & hortis, ac paludibus crescũt, sunt fortiora: hęc sanè sunt quæ de ijs communiter scire cõuenit. Prædictis aũt ordine proxi-

B ma est capparis, & terebinthi fructus: his aũt eruca, siũ, apiũ, petroselinũ, orminũ, raphãis, brassica, & beta. Malua uero, & blitũ, & atriplex, tametsi ijs specie sunt proxima, facultatibus tamen dissidẽt: aquea enim sunt, minimũq; acris facultatis habẽt, quo modo cucurbitæ, & citrulli melones, melopepones, & pruna: humida enim sunt hæc omnia, ac frigida, & pituitosa, potissimũ, si cruda & nõ elixa mandant. Atq; hinc adeo fit, ut quidã citrullos ac cucurbitas duriores elixent. Ex pomis præterea ac piris ea minus nocebũt, quæ elixa fuerint. Ad hæc ex ijs quæ cruda mandunt, ea pędictis minus sunt noxia, quę ad cõdendũ sunt apta.

C II Sed de his nõ est nunc dicẽdi locus. Rursus igitur ad eos cibos, qui succos crassos in corpore tenuãt, reuertamur, ab ijs unde sumus digressi, auspicantes: exactius enim de ipsis determinare est necesse. Omnia igitur tenera & increscentia propter humiditatem, qua adhuc toto incremẽti tempore affluũt, facultatibus (ut paulo ante diximus) sunt moderata. Quò fit, ut pleraq; medicamẽta dũ oriuntur & adolescunt, non aliter ac cibi mandantur, ut silphij ac sinapis stolones, pyrethri, iringij, & multorum aliorum, quę olera syluestria uocare cõsueuerunt: quæ haud ita multo post spinis adeo horrescunt, ut ne pecoribus quidẽ sint uesca. Hæc aũt omnia ubi cõmaturuerint, magnam quidem

D habent incidendi facultatẽ: tenuãt uero admodũ dũ oriunt adhuc atq; adolescunt. Pari modo & urtica priusquã exiccetur, est esculenta, præterea fœniculus, ruta, coriandrum, anethum, eiusdem cum illis sunt speciei, euidenterq; etiam calfaciunt. Aliud aũt est olerum agrestium genus, quæ memoratis minus incidũt, ut mediocris nõ secundę sint naturæ, quippe quæ neq; incidant manifeste, neq; densent. Olera aũt communi nomine huiusmodi omnia nominantur: singulis tamen speciebus singula nomina à rusticis fuerunt imposita, ut lactucæ, condrillæ, tum ijs quæ Syrij gingidia uocant, tum alijs id genus plerisq; apud singulas gentes: Athenienses tamen omnia communi nomine ap-

pellant: ueteres aũt ipsorum speciebus nullum nomen indiderunt. Cũ igitur plures horum sint species, & earum plereq;, propterea ꝙ non ubiq; proueniunt, multis sint ignotæ, ubi eorũ facultatem in genere didiceris, nihil erit, ꝙ ea oculis singulatim inspicere ac dignoscere desideres, sed ipsorũ duntaxat enarratio tibi satisfecerit. Siquid igitur olfactui, aut gustui, aut utriq; simul, acre, & mordicans, & calidum apparebit, scito id facultatem habere tenuandi atq; incidendi. Ad hæc siquid olfactui odorem bonũ inserens, aromatis speciem gustui repræsentet, id quoq; uiribus calidum esse oportet, sed non æque ac mordicantia, & rodentia, & insigniter calfaciẽtia. Incidunt præterea & quæ saporem quendam habent nitrosum aut salsum, quorum etiam plurima aluum deijciunt: nec minus ijs amara tenuandi facultate sunt prædita: atq; hinc adeo fit, ut plurimis huiusmodi uulgo uescantur: differunt tamen in eo plurimũ, si unà cum eis oxymel, aut acetũ, aut sal, aut oleum, aut aliud id genus sumatur: eorũ enim facultas aceto & melle intẽditur: oleo autem minuitur. Siquidem oleum ipsum præterq; quòd succos crassos non incidit, eorum etiam omnium, quæ id præstare possunt, robur imminuit. Huius etiam generis sunt cibi omnes aquei ac muccosi, præterea olera plurima, potissimũ hortensia propter superfluam humiditatem: quibus omnibus cum aceto uescuntur, eis quidẽ quæ cruda libenter mandunt, id non permiscent: his uero quæ elixant, oleũ infundentes. Quidam aũt pro delitijs acetum omnibus permiscẽt, sed cũ melle, uel sinapi, uel libystico, uel cumino, uel apio, uel id genus aliquo cõmiscentes. Natura enim ipsa suggerit quid sit faciendũ, ac docet non eos modo, qui hoc apertius norũt, sed sæpe etiam imperitos, atq; idiotas. Quin & ipse ijs quibus uictus ratione tenuante opus erat, delitijs eiusmodi uti iubebã, præterq̃ carne dactylorũ, quam multam pulmentis plurimis cõmiscebant. In summa aũt de ijs delitijs est habendũ, omnes eas tenuantibus esse accẽsendas, quæ tum cum multis acribus & calidis (cuiusmodi sunt ea quæ nuper memorauimus) tum cum cæpis, allijs, & coriandro præparantur. Quibus uero ea parcius fuerint permista, substantiam incrassantem habent copiosiorem.

III Quoniam autem ab initio de cibis oleraceis disserui (in eo enim genere plurima sunt quæ tenuant) proximũ sanè fuerit, de asparagis, quos uocãt, disserere, elijs id est palustribus, & myacantho, chamædaphne, uite alba, uitice, spina, & alijs eiusmodi. Eodem in genere sunt uitium germina, & rubi, & omnia deniq; arborũ germina, quibus uesci consueuerunt. Myacanthus igitur, quem uocant, mediæ quodãmodo est facultatis, ab eo aũt elij & chamædaphne utrinq; non multum differunt. Stomacho autem non minus prædictis commodant, uitis albæ, & uiticis, & spinæ asparagi: omnium autem maxime austeri atq; adstringẽtes, quales sunt uitis, ac rubi. Spinæ uero asparagus aluum deijcit. Sed quæ purgant quidem, non possis ante experientiam cognoscere: quæ uero uentri-

A culum roborant, cõiectura possis assequi. Omnia enim stomachum iuuant, facultatisq; sunt mediocris, quo in genere est palmæ cerebrum. Sic enim nominatur tenerum germen, quod è summa ipsa planta producitur, ut elate in oleribus. Qui autem amaroris quidpiam pręferunt, quanto amariores, tanto ijs sunt sicciores, & incidẽtes magis. Quòd si linguam euidenter mordeant, ac calfaciant, in tenuantibus erunt numerandi.

IIII Verum de oleraceis quidem edulijs hæc sufficiant. De seminibus autem deinceps tractabo. Vt autem de eis in uniuersum dicam, facultate plantæ suę sunt similia, nisi ꝙ illis prorsus sunt sicciora, eoq; magis tenuantia: nõ omnia tamen sunt uesca, ut ne herbæ quidem ipsæ, quarum semina B manduntur, omnes sunt esculentæ. Omnia tamen semina, quibus uescuntur, sua natura ad siccius & calidius magis, ꝗ̃ herbæ ipsæ, semper sunt propensa. Proinde & papaueris semen herba ipsa est melius, adeo ut tanquam innoxiũ panibus ipsum misceant, & placentis. Quòd tamen & ipsum palàm refrigerat, ex eo intelliges, ꝙ caput grauat, et soporiferũ est: nõ tamen æque ac eius succus, sed quanto is magis refrigerat, tanto semine est magis soporifer. Soporiferum est & lactucæ semen. Quandoquidem & olus ipsum frigidum est & humidũ. Ab his igitur frigidis & humidis seminibus ei est cauendum, qui tenuante diæta uti uolet. Nam sisami semen succum crassum ac lentũ in corpore gignit: apij uero, & petroselini, cumini, carui, anisi, C præterea libystici, sinapis, ameos, dauci, seseleos, & omnium deniq; odoratorum, & acrium, & euidenter calfacientium semen tenuante diæta utentibus conuenit. Quorũ quædam adeo sunt fortia, ut nihil à fortissimis medicamentis dissideant: cuiusmodi est rutæ semẽ, quod ualidũ admodum est ac tenuans. Pari modo & lini & cannabis semina. Hęc enim non modo sunt medicamentosa, sed caput etiam tentant. Quocirca unicum est tempus, quo quis rectè ijs utatur, cum scilicet sanguinem per urinas purgare uolet. Verum de medicamentis dicere nunc nõ est propositum, ut quorum uis & actio est magna, eoq; non est eis insistendum.

V Ad aliud seminũ genus est transeundũ, quæ cerealia appellant: hæc aũt appellatio in toto eorum genere Græcis est usitatior, ꝗ̃ leguminũ nomen, D quæ nõnulli chedropa etiam nuncupant. Omnia aũt generaliter uocantur legumina: speciatim uero ea sola ex eis appellantur chedropa, quę manu carpuntur: alia cuncta, quæ falce putantur, frumẽta: quidam aũt solum triticum, frumentum uocant: alij hordeum quoq; ei adiungunt. Sed uocet quisq; quo lubeat nomine: ipse uero de eorum omniũ facultatibus deinceps pertractabo. Triticum ergo firmissimi est alimenti, succũq; crassum admodũ gignit ac lentũ. Proinde nisi quis ipsum, quo modo nunc preparatur, exhibeat preparatũ, succus ex eo succrescet uehementer crassus ac lentus. Tritico igitur simpliciter elixo non est uescendum, ut in Asia plerosq; rusticos esitare obseruaui. Nam cõdiunt id pauco sale, nec ipsum in fari-

niam redactum, ut ἔτνος, id est, pulticulam, aqua A
uel lacte perfundentes, elixant. Cęterum quod eo
modo est paratum, ad coquendum est difficile, &
crassi succi: sola aũt ea præparatio est probanda,
quæ fermento cõstat, sale, & clibano: paulo dete-
rior, quæ minore furno: ex reliquis uero nulla est,
de qua uerba facere sit necesse. Est & in tritico nõ
parua speciatim differẽtia. quippe quod graue est
ac densum & in profundo flauum, copiosissimi id
alimenti est, crassiq; succi ac lenti: cõtra quod leue
est & rarum & album, minus nutrit, succumq; gi-
gnit crassum minus ac lentum. Similago aũt & ali
ca multũ alunt, crassiq; sunt succi ac lenti. Verum
similaginẽ quidem nõ cõuenit eos attingere, qui
extenuante uictu utuntur: Alica uero possunt ue-
sci moderate, tum sola aquæ incocta, tum uero cũ B
mulso, aut uino, & eo quidẽ dulci, sed flauo ac te-
nui, & quod uiribus falerno sit proximũ. Possunt
& alijs multis cibarijs permiscere, & maxime be-
tis tritis, & iusculis accõmodatis. Quòd siquis pul
tem aut sorbitionẽ ex alica parare uolet, cõueniet
nõ anethi modo, sed & porri quidpiã, uel pulegij,
uel calaminthes, uel hyssopi, immittere. Piper præ
terea si misceatur, non solũ elixationibus eiusmo-
di, sed alijs etiã propemodũ omnibus, quę ad tenu
antem diætam cõferunt, nõ mediocriter iuuabit.
Ptisana aũt ipsa quidem per se nõnihil absterget,
ut hyssopo nõ magnopere egeat. Siquãdo tamen
ipsius uim inaugere uelis, piperis aliquid ei permi
scuisse suffecerit. Mel uero ptisanę immiscere non
est opus, nisi quis ea quæ thorace ac pulmonibus
continentur, studeat expectorare. In hepatis uero C
ac lienis affectibus, ipsum admiscere non cõuenit.
Nam horũ uiscerũ tumores à sorbitionibus ipsis
solis ex alica adaugentur, & multo magis, si cum
melle eas paraueris: at de mellis quidẽ usu omni
paulo post dicemus. Nunc aũt ad hordeũ redeun-
dum. nõ enim in ptisana tantum eo uescimur, sed
& panes hordeaceos conficimus, & eius farinam
cum lacte elixamus: præterea ex eo frixo polentã
conficimus: deniq; non secus ac alicam, coctum
ipsum in aqua cũ uino dulci aut sapa exhibemus.
Verum quod ad panes quidẽ pertinet, scire opor
tet omnes quoquo modo parentur, exigui esse ali
menti, succumq; crassum, ac flatus minimum ge-
nerare. Polentam uero omnem similiter ac panes
nutrire, nisi quòd siccat magis propterea quòd fri D
xa est. farinam ipsam utrisq; esse humidiorem, ex-
crementosamq; magis ac flatulentam, & potissi-
mum si cum lacte coquatur. Quod uero hordeũ,
ut alica, ex dulcibus quibusdam sumitur, propo-
sitæ uictus rationi multo minus confert: succum
enim crassum ac lentum, ut alica, gignit. Sumẽda
igitur hæc sunt non cum sapa, neq; cum uino ali-
quo uehementer crasso, sed cum mulso, aut uino
quopiam falerno simili. Eodem autẽ modo & ty-
pha uti licet & auena, sunt tamen hæc quàm ptisa
na & alica, cõcoctu faciliora, & excrementosiora.
Porrò horũ seminũ pleraq; in Asia ac Mysia pro-
ueniunt, adeo ut panes ex eis conficiant, qui utiq;
& ipsi ad coquendum sunt difficiles, & succi non
boni. Olyra etiam quam uocant, frequens in Asia
uisitur, mediumq; inter hæc & triticum, locũ obti
net. Siquidẽ tritico tanto est deterior, quanto his
melior: utuntur autem & ipsa eodem modo, quo
prædictis. Quod uero ad zeã attinet, nulla alia est
inuestiganda, præter olyras & typhas, quæ sunt
esculentę, &, ut ingenue fatear, non mihi constat,
de utris harũ antiqui nomẽ zeæ enunciarint. Ter-
tium enim pręter illas genus non uisitur, quod eis
sit simile, sed typhas & olyras sic uocitabãt. Cum
autem Mnesitheus de ijsdem seminibus utrunq;
nomen enunciet, typhas & olyras nominans, in
eo declarat se suspicari zeã quoddã aliud esse pra-
uum edulium, ipsumq; existimo zeam appellare,
quod nos typhas nominamus, aut aliquid his de-
terius. Cæterũ semen id, ut hordeum, & olyra, &
auena, est mundandũ, ac cortice spoliandũ. Quod
cum factũ fuerit, tritico, hordeo, et olyra longe est
tenuius atq; exilius: flauũ pręterea est ut triticum,
non album ut hordeũ. Porrò hordeũ apud quas-
dam gentes nudũ prouenit, ut in Cappadocia, uo
caturq; ita ut iamiam dixi. Quòd si aquæ incoctũ,
ut alica, cũ aliquo uino dulci sumatur, nullis alijs
bonitate cedet. Fabæ aũt minus quidem q̃ hor
deum tergent: uerum & ad coquendũ sunt diffici
les, & multum flatulentæ. Proinde satius fuerit pi
sis uesci. Fabis enim ad omnia sunt præstantiora.
Eruiliæ uero, & dolichi, & phaseoli, multo fabis
sunt deteriores: Lentes aũt, tametsi succũ crassum
generent, nõ tamen omnino sunt aspernãdæ, sed,
cum aliorum meliorum ciborum copia nõ suppe
tit, eis est utendum. Lupini similes sunt lentibus,
nisi q; minus siccant. Cicer autẽ cibus est flatulen-
tus, & concoctu difficilis, atq; excrementitius: ad
mouendas tamen urinas, est accõmodum: terget
præterea nõnihil. Eruũ uero, boum magis quàm
hominum est alimentũ, incidendi tamẽ facultate
pollet: unde & ex eo medicamentũ paratur, quod
in ijs quæ thorace cõtinentur, expectorandis, nul
li est secundũ. βούκερας autem seu fœnumgręcum
(utroq; enim modo appellãt) nõ incõmode alui
deijciendæ gratia, ante alios cibos sumitur: cum
melle quoq; eius succũ exhibent, ut qui calfacien
di uim habeat ac detergendi: estq; ad utrunq; hoc
ualde accõmodus: quòd tamen caput tentet, usus
eius multus est cauendus, & aliorum omnium,
quæ alui subducendæ gratia, prima mensa sumun
tur. Nam bona pars eorum flatulenta est, & ad co
quendum difficilis, in quibus est lupinus, eruilia,
& phaseolus. Pruna etiam Damascena hydrome-
liti incocta præmandunt ij, quibus extenuãte diæ
ta est utendum: uerum his aluum magis deijciũt,
quæ ex Iberia importantur. Ventrẽ præterea sub
ducunt echini marini, & concharum omnium at-
que annosorum gallinaceorum iuscula, neq; quid
quã ijs officiũt, quibus tenuante uictu uti est pro-
positum. Meline uero seu panicũ, & milium, pra-
ui sunt succi, & flatulenta, ac concoctu difficilia.
Nam alui fluxum uehemẽter siccant. Lobi etiam
hortenses cibo adaptãtur: crassi tamen sunt succi,
& pituitosi: cæterum fabis minus inflant, nec, ut

hæ, detergendi facultate sunt prędití. Quid iam lo A quar de alijs prauis seminibus, quæ omnes etiam si non moneam, fugitant: de ipsis tantum dixisse suffecerit, solum hordeũ ex cibis frumentaceis, te nuanti uictui esse innoxiũ. Secundũ hoc sunt panes clibanitæ, qui ex tritico fiunt. A reliquis uero est abstinendum, nisi quis forte pisum, uel lentem aut alicam per magna interualla gustare uelit.

VI Ex piscibus saxatilibus, montanisq; auicu lis multum, ac copiosum potes alimentum ad tenuantem uictum accommodare. Animalia enim quæ in stagnis, ac locis aquosis, & campestribus degunt, humidiora sunt, atq; excrementosa: quæ uero in montibus uiuũt, omnia temperatura sunt sicciora, ac calidiora, eorumq; caro minimum est pituitosa, ac lenta. Ex quibus intelligi potest, ani- B malia omnia, quæ in montibus nascuntur, multo ijs quæ in locis planis oriuntur, esse præstantiora. Et, ut ego iudico, aues monticolæ nõ modo quòd aeris, sed etiam alimenti, quod nobis præstant, tenuitate antecedant, alijs auibus, quę in locis aquosis, ac campestribus degunt, sunt præferendę. Passeres igitur, turdos, merulas, perdices, & reliquas id genus aues monticolas, mãdas licet. Abstinendum autem ei qui tenuante uictu uti uolet, alijs auibus, quæ in locis aquosis uiuunt, ut tardis quas ὠτίδας uocant, anseribus, & magnis auibus, quas sanè & struthocamelos nominant, & alijs id genus: nam omnia hæc carnem habent excrementitiam. Mandendæ etiam sunt aues eæ, quæ tum in turribus, tum in uineis uitam agunt. Ad hæc co- C lumbæ turricolæ domesticis sunt meliores, tum etiam pari modo & apri suibus domesticis in cibo sunt anteponendi: ac, ut in summa dicam, omnia quæ exercentur, ijs quæ sunt ociosa, & quæ cibis siccioribus, ijs quæ humidioribus utuntur: deniq; quæ purum ac tenuem aerem inspirant, ijs quæ contrarium, sunt præferenda. Siquidem suum domesticorum caro, omnium aliorum ciborum firmissime nutrit. multum enim in seipsa habet lentorem, tum propter uitã desidiosam, tum propter cibi humidioris affluentiam. Verum ab his prorsus abstinebit, cui propositũ erit uictu extenuante uti. Quod uero ad reliquas carnes attinet, non quibusuis simpliciter uescetur, sed si multum sese exerceat, licebit ei & auribus, & rostris, & pedib. D suillis uesci, uentre præterea, & matrice, si modo ea elixa belle fuerint. Qui autem uitam in maiore ocio ac quiete degunt, ijs non modo eiusmodi suum esu est temperandum, uerum etiam syluestribus. Abunde enim fuerit eis auibus montanis uesci, & piscibus saxatilibus, utputa iulide, fuca, merula, turdo, scaro, & in summa, omnibus quæ carnem habent mollem simul ac friabilem: ab alijs uero quæ duram habent uel lentam, omnino eis est abstinendum. Asellorum autem caro mollis quidem, sed non æque ac saxatilium est friabilis: Mullorum autem, friabilis quidem est, nõ tamen mollis. Hæ itaque duæ tibi sint notæ, de cuiusuis animalis carne, mollities scilicet & friabilitas: quibus attentus eam animalis carnem cui utrũq; adest, quantum uis mandas licet: cui autem neutrum inest, abijcias: cui alterutrum, interdũ, cum alijs cares, mandas, modo ea ad saturitatem usque nõ utare. Cum igitur saxatiles desunt, asellos, mullos, & alios eiusdem generis pelagicos, possumus exhibere, & eos potissimum, qui cum sinapi manduntur, cuius generis est scorpius. Sunt & alia quidem animalium genera, quibus altera memoratarum notarũ inest: uerum propter alterius exuperantiam, in cibo sunt fugienda. Nam anguillæ, & mollium pars maxima, tametsi carnẽ habent mollem, quòd tamen succo lento ac pituitoso abũdat, ijs qui tenuante dięta uti uolunt, plurimum est noxia. idem accidit et plurimis ostreorum. Hirci aũt, et boues carnem quidem habent minimum humidam, pituitosam, ac lentam: nocent tamen admodum ob duritiem, & in alterando difficultatẽ. Ad hæc plurima ostracoderma, & crustata, uel propter utrunq;, uel propter carnis duritiem, sunt uitanda. Sola autem chartilagineorum torpedo & turtur laudantur, possisq; nonnunquam, in saxatilium penuria, ijs uti. Satius tamen fuerit pisces eos præparari cum beta trita, aut albo iure, porrum prolixius miscendo, & piperis portiunculam. Dictis piscibus, uiribus propinquus est buglossus, & lacerti.

VII Ex terrestribus uero animalibus, hirci, & arietes, & genus omne ouium, ac caprarum, non undequaq; laudabilis sunt alimenti. Solis autem hædis innoxie utare: Agnorum esus propter insignem humiditatem est fugiendus: Equorum & asinorum esum hominibus asininis, ut pardorum, ursorum, & leonũ, hominibus feris permitto. Proximi asinis sunt cerui, eoq; ab eorum esu est abstinendum. Caro autem leporum ad aliam uictus rationem siccantem est accõmoda: ad propositam uero non admodum confert: sanguinem enim uehementer crassum gignit. Ad hæc sanguis omniũ animalium in cibo est uitandus, & multo adhuc magis in tenuante diæta. Pari modo & uisceribus est abstinendum. sunt enim excrementitia, & ad coquendum difficilia, et crassi succi. Canum uero, & uulpium carnem, nunquam equidem gustaui, nec sanè gustare unquam fui adactus, neq; in Asia neq; in Græcia, neq; in Italia: aiunt tamen hanc quoq; mandi: coniectare tamen possum uim ei inesse carni leporum similem. Nam canis, & uulpes, ut summatim dicã, temperamento sunt sicco. Porrò quemadmodum partibus porcorum extremis uesci concessimus, ita & gallinarum alis uti concedimus: testes tamen, & uiscera tenuanti dięte non competunt: corporum autem gallinarum esum, si quis exerceatur, non ueto, & potissimum earum quæ in montibus fuerunt enutritæ: qui uero non exercetur, mandendę ei erunt modice, non modo gallinæ, sed columbæ etiam, ac turtures, tametsi turtur temperamẽto est sicca, & potissimum quæ in montibus degit, itaq; uesci quis poterit ijs innoxie: recens tamen non turtur modo non est mandẽda, sed nec perdix, nec alia omnia, quę carnem habent moderate siccam, sed ubi unũ diem ad minus

nus suspenderis, ita demum mādas licet. Porrò palumbes, præterquā quòd carnem habent columbis, & perdicibus, & turturibus duriorem, difficilem etiam ad coquendum & excrementitiam habēt. Perdices uero, ac turtures, neq; durissimas habent carnes, neq; concoctu difficiles, neq; prauo succo uitiosas, sed & ipsarum durities, si mortuæ uno die asseruentur, facile uincitur, fiuntq; friabiles omnino atq; inculpatæ. Alimentum enim corpori dant laudabile, sanguinemq; minime uiscosum generant, & crassi ac tenuis medium. Proinde quibus salubris cibus curæ est, eos, ut arbitror, uti his conueniet. Verum de ijs quidem dictum abunde est, ad ea quæ restant, est transeundum.

VIII Olerum omnium radices (ut generatim dicam) excrementitiæ sunt, & cōcoctu difficiles. B Solius autem dauci, ac pastinacæ radix propositæ diætæ ut nihil incommodat, ita nihil confert. Aduersissimæ autem sunt rapæ. His paulo minus aduersi sunt bulbi. Omnium autem pessimi sunt fungi. Itaq; eorum omnium quæ gustu nullum morsum, nec acrimoniam, nec calorem referunt, radices suspectas habere oportet, unde & bliti radix uitanda, tametsi olus hoc minime sit pituitosum. Quid iam olera memorem, quorum nō solum radices, sed germina etiā & stipites ac folia, succum gignunt pituitosum? Vt autem paucis rem omnem finiam, omnes quidem radices tanquam ad coquendum difficiles habere suspectas oportet, solæ autem acres ac calidæ gustandæ, ut sunt allij, cæpæ, & radiculæ, eæq; pro pharmacis potius q̃ C pro alimentis sunt habendæ.

IX Atq; de radicibus hæc dixisse sufficiat. tempestiuum enim iam fuerit ad fructus arborū transire, quorum pleriq; sunt humidi sine ulla siccitate & potissimum qui non reponuntur. In quibus ij minus sunt noxij, qui uentrem lubricant, cuiusmodi sunt mora, & post ea, pruna, & cerasia ac ficus. Deteriores autem sunt, qui tarde permeāt, & maxime si consistentia sint duri. Ab eis enim prorsus est temperandum. Mandendi autem qui ad reponendum sunt apti, qualia sunt pira, cydonia, & pleraq; uuarum genera, in quibus molliora potius q̃ duriora sunt edenda: nemo tamen ullo horum ad sanitatem utetur, quemadmodum neq; pomis, neque persicis, neq; armeniacis, quæ Latini præcocia appellāt: & ijs multo adhuc minus sericis, quæ D uocāt, & myrtis, & alijs eiusmodi: pari modo nec mespilis, nec sorbis, quibus tamen rectè quis ad alia utetur: ad uictum autem extenuantē non sunt accommoda, & potissimum mespila. Vt autem summatim perstringam, quæ uehementer sunt austera ac pontica, huic uictus rationi sunt aduersa. Soli autem uentris fluxui, aut uentriculo, stomachoue imbecillis conferunt. Porrò inter ea quæ in hyemem seruari possunt, caricæ, ac nuces tum ad id sunt accommodatissimæ, tum etiam nihilo minus ad propositam nobis uictus rationem. Pistacia præterea, & amarę amygdalæ, haudquaquam sunt improbanda: his duriores sunt nuces ponticæ, nullamq; abstergendi ex uisceribus excremen-

A ta habēt facultatem. Castaneę uero siue elixentur, siue assentur, siue deniq; frigātur, semper sunt prauæ, & multo magis, si crudę mandantur. Oliuæ autem, quod ad propositā diætam attinet, medium quodāmodo sunt edulium. Proinde neq; eas magnopere cōmendare possim, neq; damnare, quēadmodū nec uuas pensiles. Quæ uero in uinaceis seu βεγγίοις conduntur, uentriculi quidem imbecillitati cōferunt: præsenti autem scopo, haudquaquam: & his adhuc minus, quæ in uinis conduntur. Vuæ passæ si non sint adstringentes, lieni quidem & hepati tumentibus non conducunt: thoracis tamen ac pulmonis affectibus conducunt. noxia etiam sunt mala punica, si fuerint pontica, imbecillum tamen uentriculum iuuant. Atq; etiam de alijs arborum fructibus, si ad memoratos iam cōtuleris, licebit similiter pronunciare. siquidem duri omnes ac pōtici, sunt praui: reliquis uero moderate uti poteris. Quòd si quis existat, qui in uarijs sui partib. sapores habeat diuersos, partes quidem acidæ & acres sumendæ: alijs autem temperandū. Multos sanè eiusmodi reperias, ut malum medicum, quod etiam citrium nominamus, quippe cuius cortex est acris: acida autem pars intima, eius caro pituitosa ac crassi succi.

X Quæ in aceto & muria conduntur, ea tantum à pristinis uiribus esse immutata, sunt putanda, quantum à conditura fuerint alterata. Quò fit, ut, cum acetum & muria ex eorū numero palàm sint, quæ incidunt ac tenuant, pisces aridi atque exucci, humores crassos ac lentos uehemēter attenuent. Eligendi tamen sunt, qui natura carnem habent mollem: fugiendi uero cetacei, & eis adhuc magis ipsa cete. Quòd siquis penuria melioris uesci his uelit, uel alioqui appetat, ἀρτύματι, id est cōdimento aliquo acri (cuiusmodi est, quod ex sinapi uel oleo & aceto solo fit) erit utendum. In summa autem, ciborum omnium id est commune, ut qui in memoratorum quopiam cōduntur, aut parantur, extenuanti uictui maxime conferant. Proinde qui hoc uictu uti uolet, licebit ei ijs omnibus uesci, si ex aceto aut oxymelite fuerint præparata: tum alijs etiam plurimis eorum, quæ succo omni exhauriri queunt. Quin & suilla ipsa exucca tutò uescetur, quæ utiq; alioqui esset uitanda, ut quæ succum crassum ac lentum generet.

XI Cum de ijs abunde tractauerimus, reliquū est, ut de melle ac uino disseramus, & prius de melle, quod utiq; nō modo reuera ciborū est dulcissimū, sed succū etiā consistentia tenuissimū gignit. Quod uero ad uina pertinet, quæ dulcia admodū sunt, omnia sanguinem crassum gignunt: nigra nanq; hæc sunt, & consistentia crassa, & ijs adhuc magis sireon quod uocant, id est, sapa: est autem id mustum plurimum coctum. Sūt qui & ficuum siccarum decoctum ita nominent. Est autem decoctum id prauo melli adsimile, habetq; & ipsum incidendi uim quandam, in eo tamen à melle plurimum superatur, ut parum absit, quin tenuantiū specie excludatur. Porrò ficus exactè maturæ, ex medio ciborum sunt genere, quod genus succos

neq; condensat euidenter, neq; tenuat. Aliæ uero omnes hoc genere sunt inferiores, quippe quę nōdum satis maturuerint, ut uinum musteum, crassi sunt succi ac frigidæ, pręterea ad concoquendum difficiles & flatulentæ. Id tamen eis inest cōmodi, ut celeriter permeet, ob idq; ipsum haud multum officiant. Eiusdem sunt naturæ uuæ dulces, & his adhuc magis palmulæ, quarū quæ in Alexandria, Cypro, Lycia, & Cilicia, proueniunt, condi omnino nequeūt, sed ut sunt, manduntur, ꝙ propter superfluam humiditatem celeriter putrescant. Aliæ uero quæ condi possunt, minus sunt noxiæ, crassum tamen & ipsæ succum gignunt. Proinde ipsarum esus in proposita uictus specie est fugiendus. Quod uero ad uina attinet, quæ clara sunt ac pellucida, coloreq; pallida ac flaua, ea forte minimū dulcia inuenias. Præterea nullū album dulce comperies, quemadmodum nec flauum quoduis, admodum est dulce. Cæterum eiusmodi omnia, sanguinem cōsistentia gignunt mediocrem. Quæ uero crassa simul sunt et nigra et dulcia, crasso sanguine uenas referciunt: at alba simul & tenuia, humores crassos incidunt, & sanguinem per renes purgant. Quę uero inter hęc consistentia sunt media, ut sunt flaua simul ac dulcia & splēdida, uiribus etiā quodāmodo sunt similia, ut quę neq; ut crassa, sanguinem crassum generent, neq; ut alba, per urinas secedāt. Sunt aūt uina apud omnes gentes plurima, celebrantur tamen in primis Ariusium, Lesbium, Falernum, & Tmolites, quibus semper intentus, media deliges, ꝙ omnia sanguinē bonum & consistentia mediocrem generent. At quæ odora sunt, & alijs uinis calidiora, ea merito caput tentāt. Quocirca uitāda eiusmodi ijs erūt, qui cephalęa, aut hemicrania, aut alia cephalalgia laborant: ut epilepticis, & maniacis, &, ut in summa dicam, omnibus quibus caput infestatur, sunt fugienda. Affectus uero omnes thoracis ac pulmonis, qui diuturni sunt & sine febre, à uinis eiusmodi multū iuuantur, & potissimū qui humoris per sputa expectoratione purgātur. Non eñ incidenda tantū sunt, aut calefaciēda, quę belle sputis sūt expectoranda, sed moderate etiā humectanda, ne tandem siccata sputa, ac lenta reddita, tusses excitent, exi-

A tusq; uiolētia, uas aliquod in ruptionis discrimen adducatur. Quamobrem quæ uina sunt crassa & dulcia propterea ꝙ humiditatem habent crassam, & ob id ipsum perdurātem, in thoracis ac pulmonum affectibus, si cum tenuātibus medicamentis adhibeantur, multū adferent cōmodi: uerum nec acerbam, nec austeram, nec omnino adstringentem uim eis inesse, sed ad melleā magis odore ac gustu & uiribus omnibus spectare ipsa cōueniet. Eius generis est, quod in Pamphylia prouenit, tū quod Tmolitē appellant (abunde enim fuerit eorum quæ dicimus uelut normam & scopum subiecisse, in quem intentus omnia similia ex eo inuenias ac dijudices.) Optimum sanè suorum congenerum id est, cuius tamen si copia non sit, uti licebit

B Thereo, & Protropo, & Thyrino, & Caryno. Nigri aūt dulcis simul & austeri exemplum petes ab eo uino quod fert Cilicia, quippe quod Aegeatem nomināt, omnibus utiq; thoracis affectibus, de quibus nunc agimus, est noxium, & eo etiam magis, quæ uehementer sunt acerba. Porrò non omnia dulcia nec ea quæ exiguam habent dulcedinem, sunt aspernanda, quæ tametsi multis in locis proueniūt, plerisq; tamē sunt incognita, adeo ut neq; mercatores ipsa studiose coemant, nec apud professores magno in pretio sint. Solum aūt uinum ponticum in conuiuijs, aut nuptijs, aut sacrificijs, aut alijs celebritatibus adhibebant: multum enim implent: & tarde permeāt, ambasq; excretiones morantur, tum eam quæ fit per anum,

C tum quæ per uesicam: hęrentq; in hypochondrijs diutissime: & facile acescunt: nauseamq; prouocant. Soli aūt uentri fluenti conferunt, idq; si moderate sumantur. Eiusmodi uini in locis Aegisolię cāpestribus magnus est prouētus, cui simile aliud est, quod iuxta urbem quandā Pergamo uicinam habet, quo utiq; omnes eius regionis incolæ propter consuetudinem citra molestiā utuntur. nam debito modo sumptum sitim extinguit: lædit aūt omnes qui ei non assueuerint: corpora tamen bibentium euidenter nutrit: cui rei argumento sunt incolæ iuuenes, qui in palæstra, bonæ habitudinis comparandæ gratia sese exercent: utuntur enim hoc uino in potu non aliter, quàm suilla in cibo.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI GALENI, de ptisana.

Prooemium. Occasio huius libelli, et argumentum dicendorū. Cap. 1. De partibus ptisanæ, & primum de optima aqua eligēda. 2. De natura hordei, & quod nam probatissimum sit. 3. Hordei elixandi ratio. ubi notandum est, nostros medicos cum exteriore cortice, id est gluma, ptisanam parandā præscribere: Galenum uero de interiore tantum loqui, quem hymena, id est tenuem membranam uocat, & hic, & circa initium capitis secundi, ꝙ is aliquando cum ptisana decoquatur, cū magis abstergere libet: ut plurimū uero abijciatur, uel abijci debeat. Cibus autem erat ptisana, non potus tan-

D tum ut hodie imperiti putant. 4. Ptisanæ confectæ cuiusmodi sint uires. Non quicquid ad tactū læue & molle est, idem partes corporis mollit demulcet & mitigat: sed reliqua quidem glutinosa, id non præstāt, ut oleum, mel: cum partes eorum breui dissideāt hientq;: ptisana sola id præstat, nec obstruit tamen ut cætera glutinosa, &c. 5. Quādo et quas ob causas ptisana uel remittēda uel omittēda sit. Valde siccis morbis, ij sunt in quibuscūq; nihil excernitur, ptisana nō cōuenit: non satis enim humectat: Humidis uero salutaris est, et cætera.

CL. GALENI DE PTISANA LIBER.

IOANNE POLITO INTERPRETE.

PROOEMIVM.



POSTEAQVAM haud pridẽ aliquot inueniſſem medicos qui ptiſanæ cremorem porrexerint quidem languẽtibus: non tamen declararint quibuſnam ægris hanc uſurpare expediat, obſitúe: nec modũ aut exhibendi menſurã, neq; ſorbitionis aſſumendæ accommodatum tempus aſſignarint; uerum ubiubi libuerit, uſum eius ſtatim opportunũ eſſe autumarint: Viſum mihi eſt, quæcũq; ab Hippocrate obſcurius de ptiſana recenſentur, hæc ipſa multorũ nomine interpretari, ſimulq; enarrare elixandi rationẽ, tum huius uim, B actionem, occaſionem, menſurã, porrigendi modum, tum quot afferat emolumenta, ſi rite decumbentibus propinetur: quantam rurſus ijſdem noxam, ſi inopportune exhibeatur: ad hæc quibuſnã corporibus hanc dare cõueniat, quibuſq; minime cõducat. At quoniam complicata quædam res eſt ptiſana cum eius cremore, ex hordeo nanq; probe tuſo, id eſt extenuato, atq; aqua & nõnulla coctione conficitur: ergo primum huius partes per capita cõmemorare decreui. Ni enim quiſpiã hæc antea perpẽdat, apprime utiq; læſerit. Deinceps itaq; & reliqua omnia, nobis exacte penſi habebuntur.

CAP. I. Quòd igitur optimam aquam, in ptiſanæ confectionẽ electum iri, neceſſum ſit, neminẽ ambigere arbitror. Porrò probatiſſima aqua, tum C ſubſtantia, tum guſtu, tum odore, tum colore diſcernitur. E guſtu quidem atq; odoratu, ut nullam exoticam referat qualitatẽ: hoc eſt non exiſtat dulcis, non ſalſa, nec acida, aut acris, nõ grauiter olẽs, uel putris, neq; penitus ullius acquiſitæ qualitatis particeps, ſed prorſus ſimplex, ac citra omnem alienam qualitatẽ atq; immiſtionẽ, quæ uel guſtu, uel olfactu deprehendat. Oportet præterea, pellucida ſit, pura, minimeq; cœnoſa: ſed ueluti exquiſite colata, fruſtillorumq; innatantiũ expers. Siquidem huiuſcemodi aqua uſui accõmoda eſt: natura uero haudquaq; ſic ſincera exiſtit, perinde ac ne ullum quidem aliud ſenſiliũ elementorũ. Cæterũ ſi quo pacto dixi, aqua fuerit, illico tenuiũ eſt par- D tium, facilis & concoctu & diſtributu, atq; præcordia ſubito tranſit: nec ſolum non difficilis eſt alteratu, appropinquãs caliditati naturali, ſed & igni externo admota, breui caleſit. Teſtis quoq; huius orationis Hippocrates eſt: quippe aquam quæ celeriter caleſcat, rurſusq; e ueſtigio refrigeret, hanc leuiſſimam eſſe exiſtimat. Porrò non pondere leuem dijudicat, uerum quæ tenuium ſit partium, nec grauatim cõtrariam admittat qualitatem. Huiuſcemodi ſane aqua tum frigida eſt, tum humida, proprieq; aqua nominatur. Quæ uero uel ſubſtantia, uel qualitate, ab hac degenerant, ut ſunt bitu-

A minoſæ, ſulphureæ, aluminoſæq;, tanto ab huius diſcedũt natura, quanto alienata ſunt. Expertis autem uel demonſtrationẽ, quínam ſcilicet aqua infrigidet, madefaciatq;: atq; id explicari non eſt præſentis ſermonis, nimirũ cum de ptiſana dicere decreuerim. Verum quòd aqua frigida ſit & humida, priſci uniuerſi indicarunt, atq; ipſa experientia ſuffragatur, & omnium ſermones cõfitentur. Hac igitur aqua accepta, nunc in hordei enarrationem deueniamus.

II Hordeum itaq; ſanè generaliter acceptum, refrigerat atq; exiccat. Habet autem quippiã deterſiui ac inflationis: utriculorum nanq; furfuraceorum ratione, & aridius exiſtit, & magis abſtergit. Quod uero in eo uelut carnoſum eſt, atq; nutriens, tergit quidem uel id, ſed minus furfure. Ineſt etiam huic quippiam inflationis. Cęterum altera mẽbrana tenuis, quæ à furfure plus interna eſt, hordeumq; inuoluit, ipſa mediocris inter hæc uiribus eſt: ideo abſtergit furfure minus, potius autẽ hordeo. At optimũ hordeum ſermone noſtro ſubaudiri neceſſum eſt: quod uidelicet nil adſcititiæ putredinis aut redundantis humiditatis cõtineat: non nimis recens, uel plus æquo uetuſtũ ſit: Nam recentius fœcundum eſt ſuperfluo madore, quem ex regione contraxit: plenum humiditate, atq; ſpiritu refertum. Vetuſtius uero diutino tempore exhauſtũ, imbecilleq; fit, ac ſuis deſtituitur uiribus. Indicio autem fuerit, corrugatio huic enata, magnitudiniſq; eius imminutio, & quod dum inciditur, uelut friatum emittat puluerem. Pręſtat igitur integrum eligere hordeum, in ptiſana conficienda: nempe quòd haud plus iuſto recens uel uetus ſit, omniſq; adſcititiæ qualitatis expers. Atqui ne hoc quidem ſolum ſuffecerit, quin & experimento id explorare conueniet: quippe ſi ad nunc memorata, dum elixatur, in tumorem quoq; affatim attollatur, ſumendum tibi profecto fuerit in ptiſanæ coctionem, dummodo hac ratione (quatenus liceat) cõſtruere tibi certum ſit. Iam ſanè quænam optima aqua, quoq; pacto hanc diſcernas, tum quod probatiſſimũ hordeum, & quibus id agnoſcas indicijs, ſummatim recenſuimus.

III Reliquum dicẽdo tertium eſt, utiq; coctio. Conſtruunt ſed enim nonnulli ptiſanam, mortario prius hordeum in exiguas infringentes partes, dein ſubito coquentes adijciunt quidã ſapam, alij uero amylũ, ſunt qui cyminũ & mel. Sed uitioſa id genus confectio eſt. Verum præſtantiſſima, quamq; merito cõcinnes, huiuſcemodi fuerit: Primum hordeũ crudum in aqua macerato, deinde manibus adeo terito, ut tenuis membrana conſpiciatur: poſt hæc iterum manibus eatenus ſcilicet ualenter conterito, ut quodq; glumoſum excutiatur. Atqui ſicui eſt animo, hanc plus abſterſiuam efficere, ſatius fuerit eam ſimul cum mẽbrana de-

coquere. Fit autem elixatio hoc modo, ut scilicet A hordeũ primo diu ebulliat: mox ad mollẽ quoq; ignem, donec multum succulentum reddatur.

IIII Sic sanè elixata, quicquid inerat flatuũ deponit, atq; cuncta nanciscitur cõmoda, quæ attestatus est Hippocrates. Siquidem uiscidum eius (inquit) leue, continuum, & lene est, lubricũ, modiceq; cum humore flaccidũ: sitim obrepere non sinit: & (dummodo eo usus sit) facile infernis elabit: neq; adstringit, aut moleste uellicat: nec dum in uentre est, in tumorem eleuatur: nimirum cum tam in elixatione tumuerit, quatenus uel maxime tumescere natum erat. Quòd uero ptisana nil contineat glutinosi, aut obstructioni aptũ (ueluti uniuersa cætera quæ lenta sunt) perspicuũ est. Detergit nanq; non sordem corporis solũ, sed & exhibita B pituitosum quoq; in uentre humorem expurgat. Porrò abundans decoctio, exactaq; mistorum unio, hunc apparentem efficit lentorem. Atqui nec euidens eius uiscidum, ullam sanè habet asperitatem: uerum leue penitus, atq; æquale est: quinimò & continuum: siquidẽ nullius adstrictionis, aut acredinis (è quibus asperitas nascitur) particeps, leuitatem necessario continet, non modo tactu, sed & ipsa potentia: quippe alia lenta (quẽadmodum sunt oleum, mel, atq; reliqua) tangenti tibi leuia uidebuntur, & æqualia, nihilq; habere inæqualitatis, ut scilicet aliquod tenue, aliud crassum, aut diuulsum, seu diuisum sit: atq; ex hoc cernuntur lenitatem tactu possidere, in alia autẽ quapiam actione facultateq; haudquaq;. Sed enim il- C la admota, neq; uniuersas corporis particulas iuxta et continue humectant, uerum dissident in hoc inuicem omnium uiscidorum partes, præter ptisanam. Hæc nanq; à tactu lenis existit, continua, diuulsionisq; expers: atq; talis ipsa consistit potentia. Et illa utiq; gustu nullam referunt suauitatem: Hęc uero inter alia & saporis quoq; quiddam dulcis, lenisq; exhibet, ac potissimum ægrotantibus. Iam tametsi panis reliquis pręstet uirtute, atqui & is iniucunditatem multam habet, & si maceretur aqua mansu indiget. Et rursus uel hac parte ptisana longe superior fuerit, cum ne ullam quidem dum mandit, inferat insuauitatẽ, habeatq; quoddam lubricum, idq; maxime huius succus: nec op plendo quippiam in trãsitu relinquat, ueluti cun- D cta tenacia (hac dempta) facere solent. Siquidem hæc, quòd ei detergendi uis insit, facile in partes secundum thoracem cõmeat: sic & ad excretionẽ digestionemq; idonea est, atq; maxime his, cum quæ assumunt, grauiter iecoris partes transeunt. Cęterum flaccida moderate existit, id est madida, ac sitim abigens. Madidum utiq; ex aqua nanciscitur, uerumtamen idipsum quoq; confractum, ob hordei uidelicet naturam modice siccantẽ. Nam quod ex dissidentibus complicatum est facultatibus, ascititiam quandam naturam sortitur, atq; ab extremis alienum est. Sitim autẽ reprimit, ceu humidum, atq; eandẽ (quantumuis humiditate inferior sit) plus aqua compescit. Porrò quòd citius digeratur, quòd ob eius lentorem firmam quandam habeat humiditatem, quodq; præterea frigida sit, horũ inquam nomine, febribus ardentibus accõmodatissima est. Nimirum his omni ex parte opponitur, refrigerans scilicet & humectans, ac succos putridos detergẽs, atq; non parum alimenti corpori conferens: semiputres uero succos concoquens, et incõmodum humorem transmutans. Hæc autem uniuersa adipiscitur, cum interim nullius adstrictionis, aut uentriculi euersionis particeps sit. Nam adstrictio quantum ad corroborandum uentriculum, tantum ad inspissandos humores idonea est. At liquor qui non habet quod inspisset, facile euersionem efficit. Hæc autem omnia effugit ptisana, eo quòd nihil immoderatũ habet. Sed & neq; tumultum, neq; turbationem in uentre inducit, eo ꝙ neq; acre quicq;, neq; flatuosum habet. Hæc eñ in coctura deponit. Hæc itaq; ptisanæ cõmoda sunt, quę ex coctura adipiscitur, sicut & superiore sermone docuimus, & rursus in summa recensebimus. Sic igitur præparatæ ptisanæ leues sunt partes, & æquales, & continuæ, & inter se unitæ, ut ne aliqua pars ipsius tenuis appareat, alia crassa & omnino inæqualis, & hoc non solum dum tangitur, uerum etiam sua ipsius tum actione, tum facultate. Est uero & lenis saporis, hoc est nullam habens insuauitatem, & humida, atq; ob præsentem lentorem sitim arcet. Leuitas autem ipsius, & humiditas ac lenitas, etiam adstrictionis, aut alterius ualidę qualitatis expers est. Et inter cætera omnia, quòd cõmodum elixata sit, sitim obrepere uetat. Ergo cum sic se habeat, acutis febribus admodum cõueniens fuerit. Nec ea tantum gratia, quòd his undequaque repugnet: sed quòd è maxime concoctilibus sit, ac in nulla non qualitate imbecillima, digestuq; facilis, atque ob detersiuam uim, putridos succos lustret, semiputres autem concoquat.

V Verum haud nude, in morbis hanc porrigere expedit: sed circumscriptionibus multis opus est. Neq; enim periculi discrimine laborantibus eam dare cõuenit: nec his qui indigeant uenæ sectione, aut purgatione, aut quopiam clysteri: nec quorum uenter excrementis redundat, aut ingenti quodam cruciatu turbatis: minime tamen his, qui medicinalibus fomentis, uel sanguinis imminutione, uel purgatione indigeant. Siccis etiam ualde affectibus non conuenit. Contemplandæ porrò sunt, tum occasio, tum exhibendi mensura, itemq; ægrotantis consuetudo: & insuper utrum succum solum dare cõueniat, aut ipsam ptisanam, aut utraq;, aut neutra. Occasionis igitur tempus ad sorbendam ipsam idoneũ est (quandoquidem citra distinctionem dare non oportet) quum corpus ęqualiter affectũ fuerit, & non alia ipsius pars calidior, alia frigidior existit. hoc aũt est, quũ morbus declinauerit. Postea eñ uniuersa corporis caliditas, in omnes partes ęqualiter diffusa est. At copia ipsius neq; multa sit, neq; minus crassa. Periculosum eñ est ex ipsius etiã Hippocratis sentẽtia, multũ & aceruatim se replere. paulatim itaq; aliquid addat, & pro cõsuetudine mẽsura augeatur.

Sanè

Sane itaque si quispiam semel uesci assueuerat, & huic unicam exhibebis potionem: sin uero bis in die nutriebatur, duplam efficies portionem. Adcrementum autem sorbitionis q; adiectio, nequaquam in aridioribus morbis admittenda est: siquidem hi ualidiores ptisana potiones expetũt, quæ scilicet uberius madefaciãt. Sũt uero morbi sicci, πλευρῖτις, id est lateris dolor: περιπνευμονία, id est pulmonia: ac in uniuersum, qui in pectore consistunt: cum uidelicet nullum sputum reddatur. Hi etiam qui in iecinore, uentre, & intestinis sunt, nimirum dum aut nihil excernetur, aut durum, nec ut necessum erat, aut dignum memoratu. At quæ in arterijs & uenis contingunt ariditates, hæ tum lingua, tum externo colore perspicuæ fiunt. Sic & qui in capite sunt affectus, patent, dum nihil uel palato, uel naribus expurgatur. Pari modo siccæ inflammationes, atq; ulcera existunt, cum haud quicq; secernant saniei. In huiuscemodi igitur ægritudinibus ptisanam conficere minime conuenit: nam has humectare nequit: proinde cum non nimis madida sit, atq; idcirco his morbis parum conferat utilitatis (utpote multam ualidamq; exposcentibus humectatricẽ facultatem) hinc è repletionis quoq; offensa, corpora tentaret. Cũ uero corpus humidius extiterit, ac ex pulmõe quippiam sputi procedat, augenda atq; adijcienda ptisanæ exhibitio fuerit: hæc nanq; madefaciens, iuxtaq; incidens largam in corpore humiditatem, & exhibens particulis, ob syncerum alimentum, robur, breui animal ab turbante malo succo explicat: quippe cum ambo conueniant, uitiosa excrementa facile expurgantur. Sed ne ullum quidem

A alterum datur inuentu, quod siue ut medicamentum, seu tanq; nutrimentum exhibeatur, horũ amborum compos sit: siquidẽ aut modice attenuando, humens præbebit alimentum, ueluti sunt panis, alica, oua, & pisces: aut si incisiuæ fuerit facultatis, & madefacere & nutrire neutiq; poterit: sicut est acetum mulsum, & siquod id genus aliud. Verũ hos usus omnes ptisana cõplectitur. Atqui hæc ipsa nil sane emolumenti cõciliarit, si citra circumscriptionẽ adhibeatur: quin potius si porrigatur, uel exitij causa cõstituitur: nempe cum excrementorum purgationis nomine, clysteri indigeat æger: uel uenæ sectione, sanguinis redundantiæ ergo: cum scilicet dolor ex repletione nascitur, si tum ptisana afferatur, utiq; causa interitus fuerit: B forsan duplam quoq; efficiens repletionem. Eapropter haud expedit hanc febre affligente, propinare, siue hæc cũ cruciatu sit, siue eo careat. Sed neq; si paulo ab nutrimẽto (antea quàm inferius excernat) febri homo corripiendus est. Huiuscemodi autem circumscriptiones, non ad succum solum, sed ad ipsam etiam ptisanam attinent. Quibus itaq; emolumento fuerit, his non conueniet hanc ilico porrigere: at primũ duntaxat succum, uel succi quiddam uberius: ptisanæ autẽ parcius: mox utrunq; ex æquo: tandẽ eam solam: pro comperto habens, ptisanã in robur, corporisq; alimentum, maximopere conferre. Cremorem uero facilium esse tum operationis, tum concoctionis, digestionisq;. Hęc habui, quæ de ptisana summatim C referrem: quò agnoscas & moderatum eius usum, & necessarias circumscriptiones.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI GALENI, DE EXERcitio per paruam pilam.

Caput 1. Exercitia tempestiue ante cibum adhibita, omnia conducunt, imprimis uero quod per paruam pilam fit. Exercitia utilissima ea sunt, quæ simul corpus exercent, simul animum oblectant, ut uenationes. Oblectationis enim tanta uis est, ut multi sæpe morbi per eam tollantur, quemadmodum per tristitiam generantur. Grauiores autem sunt animi affectus quàm corporis. Curandum igitur est, ut gymnasia omnia etiam iucunda sint. Sed iucunda quædam, ut uenatio, otio & apparatu egent. 2. Pilæ ludus facillimus & in promptu est, nec apparatum aut sumptus, neq; tempus multum requirit. 3. Idem hic ludus neq; uehementior, neq; remissior iusto est, ut alij plerięq;: sed pro arbitrio utentis, tum in contentione & robore, tum in celeritate & tarditate, remitti intendiq; potest. Vnam quoq; partẽ non magis quàm alteram exercet: sed omnes ferè ex æquo, si quis uelit, motibus adeo diuersis & contrarijs: sin malit unam præ cæteris exerceri, id etiã hic licebit: & quomodo id fieri soleat. 4. Oculos etiam hoc ludo exerceri, imò ingenium. Cura enim & cautione aliqua subinde utendum est, quæ sine uoluptate nocet: uoluptati autem coniuncta, tum corporis ualetudini, tum acuendo ingenio prodest. Quid q; ad militarẽ quoq; meditationẽ conducit, & corpus nec extenuat, neq; incrassat? Quod ab alijs exercitijs sperari non potest, imò contrarium à nonnullis. Palæstra nimis impinguat, & ad usus militares simul ac ciuiles inepta reddit corpora. Cursus contra nimis extenuat, nec ullam fortitudinis exercitationem habet: & ut inferiora nimis, sic superiora parum aut nihil exercet. 5. Conclusio: Pila igitur omnibus præferatur: cum & ingenium acuat, & corporis partes ex æquo exerceat, uelocitate simul & robore, quantumcunq; libuerit: sin minus, leniter & remisse omnia peragi possunt, & ludo finito, mollis frictio cum oleo, balneumq; calidum adhiberi. 6. Quòd præ omnibus alijs exercitijs, parua pila robustis ac imbecillibus, & omni ætati cõueniat. Quòd si quis negotio aliquo urgente, uel superiores tantum partes, uel inferiores fatigauerit, licebit in hoc ludo, fessis quidem partibus quietem permittere, cæteras uero exercere donec D corpus æqualiter cõmotum uideatur: & quomodo hoc fiat. Superiora nempe seorsim iactu in longinquum exercentur, inferiora cursu. Cursus celerior sine corporis intentione, spiritũ magis exercet: contentio uero in aduersarium (quæ nitendo impellendoq; fit circa apprehendendam sphæram) corpus magis roborat. Si iungas utrunq;, planè uehemẽs hoc exercitium iam fuerit. Modus exercitij præscribi non potest, nisi in ipso actu: relinquendus igitur est pædotribæ. 7. Idem hic ludus præter alias cõmoditates, periculo uacat. Ex cæteris, ut cursu, clamore, equitatione, saltu, disco, corporis flexionibus insuitatis, & palæstra, multa sæpe pericula damnaq; fiunt.

CL. GALENI DE PARVAE PILAE EXERCITIO.

IANO CORNARIO MEDICO PHYSICO INTERPRETE.



VAM cõmoda sint ad sanitatem exercitia ô Epigenes, & quod ipsa cibis præire oportet, à ueterib. tũ philosophis, tum medicis satis proditum est. Quàm uero ea quæ per pilam paruã fiunt, reliquis præstent, hoc nondũ quisquã ex prioribus sufficiẽter explicauit. Quare iustũ est ut nos ea quę nouimus tradamus. Tuũ uero iudiciũ subibimus, ut quẽ omniũ optime in ipsorũ arte exercitatum esse scimus. At uero quod satis est dici, hæc etiã illis utilia fore uidebunt, quibus tu hunc libellũ impertiri dignatus fueris. Equidẽ sentio optima omniũ esse exercitia, quæ nõ modo corpus exercere, uerũ etiam animã oblectare possunt. Et qui sanè eam quę cũ canibus fit, itẽq; reliquã uenationẽ inuenerunt, & uoluptate ac oblectatione & ambitione, laborẽ in ipsis tẽperauerunt, sapientes quidã uiri & humanæ naturæ peritissimi fuerunt. Adeo enim potens res est, in ipsa animã mouere, ut multi iam ex sola lætitia à morbis liberati sint, & multi uicissim ex tristicia morbis correpti. Nõ est aũt ulla ita fortis corporis affectio ut animę affectiones superet. Proinde neq; huius motus negligere oportet, quales tandẽ futuri sunt, imò magis q̃ corporis motuũ, curam illorũ gerere, quum ob alias causas, tum quanto præstantior est anima quàm corpus. Atq; hoc quidẽ cõmune est omniũ exercitiorum quæ cum oblectatione fiunt.

II Verũ sunt alia peculiaria exercitiorũ per pilam paruã, quæ ego nunc exponã. Primũ quidẽ facilitas. Si itaq; cõsideraueris, quanto apparatu simulq; ocio opus habent, tum alia omnia uenationis studia, tum id quod cum canibus exercẽt, palàm cognosces, quod neq; quisquã qui in reipub. negocijs uersatur, neq; aliquis ex his qui artes exercẽt, ad huiusmodi exercitia aggredi potest. Nã & multis hæc opus habent, & hominem largum ocium agentem requirunt. Hoc uero solum exercitium adeo omnibus hominibus expositũ est, ut neq; egentissimus ipsius apparatu destituat. Non enim retibus, non armis, non equis, non canibus uenatorijs opus est, sed sola pila, atq; ea parua. Adeo uero erga alias actiones candore insigni præditum est, ut nullam ipsarũ nos negligere sua causa cogat. Et quidnam expeditius esse possit, eo q̃ & omnem humanã fortunã & actionẽ admittit? Etenim exercitiorum uenationis usus facilitas, in nobis nõ est. diuitijs ẽm opus habet instrumẽtorũ apparatũ suppeditantibus, et largo ocio temporis oportunitatẽ obseruãte. At huius instrumentorũ apparatus, etiã egentissimis uelut dictũ est, facilis est: & usus oportunitas etiã multũ occupatos expectat. Et facilitatis q̃dẽ ipsius tãta cõmoditas est.

III Quòd uero aliorũ omniũ sufficiẽtissimum ac perfectissimũ hoc sit exercitiũ, sic maxime asse qui poteris, si cõsideraueris quid unumquodq; ipsorũ possit, & quale natura existit. Cõperies enim aut uehemens, aut molle: aut supernas partes magis, aut infernas mouẽs: aut partẽ aliquã præ alijs, uelut lumbos, aut caput, aut manus, aut pectus. Quod uero omnes corporis partes ex æquo moueat, & uehementissime intendi, & mollissime remitti possit, aliud nullũ est, uerũ hoc solum per paruã pilã exercitiũ, quod & cõcitatissime ex parte fit, & tardissime: & uehementissime & lenissime: prout ipse uolueris, & corpus tolerare uideť. Sic uero etiã partes omnes simul mouere, ipsius est, si hoc conferre uisum fuerit: itẽq; alias præ alijs si & hoc aliquando facere libuerit. Quũ enim oppositi consistentes, & eum qui in medio uersatur pilam subripere prohibentes, se exercent, maximum hoc et uehementissimũ est exercitiũ, multis colli contactibus, multisq; luctatorijs apprehensionibus permixtũ: ut caput quidẽ & ceruix, per colli cõtactus exerceatur: latera uero & pectus ac uenter, per humerorum eleuationes ac depressiones, & per depulsiones ac obnixus, & alias luctatorias aggressiones. Hoc uero exercitio etiã lumbi uehementer tenduntur, & crurum gressus huiusmodi labore firmantur. Sed & progredi, & ad obliqua transilire, non exiguum est crurũ exercitium. Imò reuera hoc solũ iustissimũ est, quod omnes ipsorũ partes mouet. Nam & accedẽtibus, & subcedentibus, alij nerui ac musculi amplius exercentur. Ita etiam his qui ad obliqua se transferũt, alij. At qui iuxta unã motus speciẽ crura mouet: quemadmodũ hi qui temerariè currunt: hic sanè inęqualiter partes mouet. Quin et uelut cruribus, ita et manibus hoc exercitiũ iustissimũ est, dum in omni figura pilã prehendere adsuescunt. Necesse est enim figurarũ uarietatem hic aliàs alios atq; alios musculos uehementius tendere, ita ut omnes ex parte laborantes, æqualem habeant requiem cum his qui, quo tẽpore alij operãtur, quiescunt: atq; hoc modo omnes ex parte operantes ac uicissim quiescentes, neq; omnino ociosi maneant, neq; lassitudine corripiantur, si soli laborent.

IIII Quòd uero etiam oculos exercere oporteat, hinc discere datur, si in memoriam reuocauerimus, quod nisi quis pilæ momentũ quo feratur diligenter pręuideat, necesse est ut ab eius prehensione aberret. In hoc autem animaduersionem ut habeat curæ parem opus est, ut ne pilam deijciat, & in medio uersantẽ prohibeat, aut ut ipse illam subripiat, si forte in medio consistat. Cæterũ cura sola quidem attenuat, uerũ exercitio alicui ac ambitioni mixta, ubi in uoluptatẽ desiit, & corpori ad sanitatem, & animæ ad prudentiam, plurimum conducit. Non exiguum autem est & hoc cõmodum, quum exercitiũ ambobus, & corpori & ani-

mæ

mæ,ad propriam utriusq; uirtutẽ conferre potest. A Quòd autẽ utrunq; exercere possit maximis exercitijs,quæ uel imprimis leges, urbiũ uidelicet reges,exercituũ duces exercere iubẽt, nõ est difficile iudicatu.Insidias enim struere,& interim latere & res agẽdas celeriter aggredi, & hostium res intercipere, aut ui, aut occultis insidijs structis, & parta tueri,bonorũ ducũ opera sunt.Et ut in summa dicam,& custodem & prędonẽ insignem esse oportet exercitus ducẽ. atq; hæc sunt totius artis ipsius summa ac caput. Nunquid igitur est aliud exercitiũ, quod ita præadsuefacere possit, aut partum seruare,aut ablatũ reparare, aut hostiũ consilia præsentire? Mirũ profecto mihi uideať,si quis habeat quod dicat. Pleraq; enim ex ipsis contrariũ omnino faciũt. Nam pigros & somnolẽtos ac B mente tardos efficiunt. Etenim qui in palestra se exercent, ad carnositatẽ magis q̃ ad uirtutis exercitationẽ feruntˀ.Multi itaq; adeo crassefacti sunt, ut difficulter respirarint. Et neq; tales idonei sunt ut belli duces fiant, aut regiorũ, aut ciuiliũ negociorũ prefecti.Citius quis suibus q̃ his quamcũq; rem cõmiserit.fortassis aũt putabis me cursum laudare, ac reliqua quæ corpus attenuant exercitia? Verũ non ita res se habet. Immodestiã enim ego ubiq; uitupero,et omnẽ artẽ mediocritatẽ exercere oportere sentio. Et si quid modo caret, hoc nõ esse bonũ. Proinde neq; cursus laudo, eo quod habitũ attenuent, & quod nullã uirtutis exercitatio nẽ habẽt. Non enim eorum qui uelociter fugiunt uictoria est, sed eorum qui cominus uincere pos- C sunt. Neq; ideo Lacedæmoniorũ potẽtia magna fuit,quod uelocissime currerẽt, sed q̃d manentes, hostes trucidarẽt. Quod si ad sanitatis rationẽ expẽderis,quatenus corporis partes inęqualiter exercet, eatenus neq; salubris existit.Necesse est ẽm hoc modo alias nimiũ exerceri, alias omnino ociosas esse.Neutrũ aũt horũ bonũ est. sed ambo & morborũ semina nutriũt,& uires debiles faciunt.

V Maxime igiť laudo id exercitiũ, quod & corporis sanitatẽ suppeditat,& partiũ cõcinnitatẽ,& ad hęc animæ uirtutẽ.Hoc aũt est paruæ pilæ exercitiũ.Nam & animæ ad omnia prodesse potest,& corporis partes omnes maxime æqualiter exercet,id quod etiã præcipue ad sanitatẽ cõducit, & D habitus æqualitatẽ efficit,neq; immodicã carnositatẽ,neq; excedẽtẽ gracilitatẽ inducẽs. Sed & ad actiones robore indigẽtes cõmodũ,& ad eas quę uelocitate opus habẽt, idoneũ. Sic igiť quantũ in ipso est uehementiæ, id nulla ex parte ulli ex omnibus inferius est. De lenitate uero rursus uideamus,Aliquando enim & hac opus habemus,tum ob ætatẽ, quæ aut nondũ fortes labores, aut non amplius ferre potest:tum ob languorem insuper, ubi ex eo iuuari uolumus, aut dum ex morbis recõualescimus. Videť aũt mihi & in hoc alia om̃ia superare.Nõ enim ita lene est,si leniter ipsum tractes.Oportet aũt mediũ tũc tenere, & ipso uti nullo facto ab æqualitatis congruentia discessu,ita ut partim sensim ꝓgrediaris,partim in loco maneas, neq; multũ exercearis.Et postea frictionibus mollibus ex oleo,& lauacris calidis utaris. Hoc equidem omnium exercitiorum lenissimum est, ut & his qui quiete opus habent cõmodissimum sit,& uires debiles potentissime reuocare possit,& seni & puero utilissimum sit.

VI Quæcunq; uero hoc quidẽ fortiora, uerum summa uehemẽtia leniora,per paruã pilã fiunt,ea itidẽ cognoscere oportet eũ qui semper recte ipsa tractare uelit. Etenim si quando per necessaria opera,qualia multa sæpe nobis occurrunt,immodice laboraueris, aut supernis partibus, aut infernis omnibus,aut manibus solis, aut pedibus: poteris per hoc exercitiũ eas quidẽ quę prius fatigatę fuerunt, reficere: eas uero quæ prius penitus ociosæ manserunt, ad æqualẽ cum illis motũ perducere. Nã per multũ spatiũ pilã cõstanter mittere, ita ut nihil,aut omnino parum,cruribus utaris, infernas quidem partes reficit, supernas autẽ uehemẽtius mouet. At uero diutius & uelociter currere per multũ spatiũ, & pilæ iactu raro insuper uti, infernas partes magis exercet. Et festinatio quidem ac uelocitas in hoc ipso exercitio, citra fortẽ contentionẽ, spiritũ magis exercet. Alterũ uero studiũ, quod in apprehensionibus, & iactibus ac exceptionibus cõsistit,nõ tamẽ uelox est,corpus magis intẽdit ac corroborat. Si uero cõtentio & festinatio simul cõiuncta fuerit,hoc exercitiũ & corpus, & spiritũ, magnopere exercebit, & omniũ uehemẽtissimũ erit. Porrò quantũ pro singulis necessitatibus, augere hoc & remittere oportet, id fieri non potest ut quis in literas mittat:Nam quantitatis in singulis modus explicari nequit: Verũ in ipsis operibus fieri potest,ut quis & inueniat, & demonstret:in quo sanè etiam maxime tota uis consistit. Neq; ẽm qualitas utilis est,si quantitate corrumpatur.Hoc itaq; pædotribæ dimittatur curandum,ubi exercitia demonstrare uolet.

VII Quod uero dicẽdũ restat, id adijciať. Neq; ẽm omittere uolo inter ea bona, propter quę hoc exercitiũ tractandũ esse dixi, quod etiã extra pericula sit, quibus pleraq; alia obnoxia sunt. Cursus equidẽ ueloces multos iam corruperunt, uase alicuius momenti rupto. Ita & uociferationes magnæ simulq; uehementes,uno tẽpore aceruatim emissæ,maximorũ malorũ causa nõ paucis fuerũt. Et equitationes cõcitatæ, sæpe aliquã circa renes partẽ ruperunt,aut circa pectus læserũt: quãdoq; etiã seminarios meatus:ut ne dicã de ipsis equorũ delictis,per quæ sæpe equites sella excussi,statim perierũt.Sic uero etiã saltus,& discus,& exercitia per flexiones fientia se habent.At eos qui in palæstra uersantur quid dicere attinet,quomodo omnibus partibus mutili sint, non minus quàm Homericę Litæ?Quemadmodũ ẽm illas poeta dicit,

Et claudas,& rugosas,& lumine læsas,

Sic in palæstra uersantes uideas, aut claudos, aut distortos,aut fractos,aut omnino parte aliqua mutilatos. Quũ igiť præter hæc bona quæ recensui, etiam hoc insuper exercitijs per pilam paruã adsit,ut neq; periculum adeant, omniũ profecto optime fuerint ad utilitatem comparata.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI GALENI, QVOMODO SVI QVISQVE ANIMI affectus & agnoscat & curet. Scriptus est autem hic liber (cuius altera pars est qui sequitur de uitijs in cuiusque animo curandis) in gratiam amici cuiusdam, qui sententiam eius rogauerat super Antonij Epicurei libro de propriorum affectuum ephedria inscripto.

Procemiũ, De Antonij Epicurei libro, cui titulus, de ephedria propriorum affectuum. De uocabulo ephedriæ & argumẽto libri illius: quodq́ multa in eo obscura & confusa sint. Peccata & affectus quid differant: & q̃ uno cõmuni nomine peccata appellari posſint. A Chrysippo etiam & alijs, libros huius argumenti æditos esse: & ab Aristotele Platoneq́ melius hæc peti posse, in gratiam tamen amici hunc se librũ super Antonij libro per capita conscripturum. Caput 1. Homines non raro peccant, nescientes se peccare. Peccant autem illi minimum, qui iudicium de se, uitaq́ & moribus suis permittunt alijs: Plurimum, qui ipsi de se iudicant, seq́ ipsi approbant. Solus sapiens perfecte seipsum noscit, aliorum alij plus, alij minus, nullus perfecte. Magna & manifesta peccata ab omnibus agnoscuntur: quædã uero, quæ parua aut nulla uidentur, à sapiente solum, ut perturbari in magna aliqua iactura, placentam auidius deuorare. Quærẽda est igitur ratio, per quam errata ipsi nostra agnoscamus: quam Galenus à se inuentã non statim explicat, sed differt aliquantisper, ut excitet & acuat lectorum in quærendo ingenia. Aesopi de duabus peris dictum, q̃ aliorum uitia magis quàm nostra uideamus, eiusq́ rei causa ex Platone: Et q̃ longe difficillimum sit se suaq́ peccata agnoscere. 2. Suam de cognoscendis proprijs peccatis sententiam edisserit: Primũ autem affectus enumerat, & quomodo quis ab eis libereẽ, ostendit. Quoniam (inquit) ipsi recte de nobis iudicare non possumus, quærẽdus est nobis uir aliquis bonus & prudens, qui nos neq́ amet nec oderit, & à quo ueritatẽ dicendam expectemus. Quomodo is inueniendus explorandusq́ sit: Primum inquires an diuitibus ullo pacto aduletur: talis enim minime conueniet tibi. Deinde colloquio etiam experiaris: & ubi sat probatus tibi fuerit, enixè ipsum rogabis, ut si quos in te animaduerterit affectus, mox indicet: id si promittat, faciatq́ bene est: sin minus, uel negligentius eum obseruasse, uel indicare noluisse, molestiam aut odium declinãdi gratia, aut aliam ob causam, cogitabis: iterũq́ rogabis diligentius. Neq́ enim credẽdum est si dixerit nihil uitij sibi hactenus in te obseruatum, cum innumera quotidie hominum sint errata. Quòd ne sapientes quidem affectibus ac uitijs prorsus uacui sint. Quòd si candide & cum gratitudine audieris reprehendentem te, plures postea sponte & libere hoc officium tibi præstabunt. Quòd si etiam circa initium exercitationis huius, falsò & per calumniã censuram de te fieri suspiceris, sustinebis tamen, neq́ contradices, cogitans fieri posse ut tuus te lateat error. Postea uero, ubi iam profecisse te aliquid senties, tum demum sicubi immerito reprehendi te putabis, leniter & minime contentiose defendere te poteris: et ita quoq́, si quæ probabilia responderit (præsertim si q̃ uir bonus sit exploratum habeas) ei concedes. Zenonis admonitio, omnia sic agenda esse tanquã pædagogis paulo post reddenda sit ratio: sic autem uocabat uiros illos qui ultro etiam monere & arguere peccantes non dubitarent. 3. De audientis emendaturum persona: q̃ neq́ diuitem illum esse conueniat, neq́ potentem in ciuitate, qui uera sibi narrari uoluerit. Quòd omnium, tanq̃ pædagogorum, censura, æquo sit animo audienda, attendendũ uero maxime senibus honestæ uitæ. Sic paulatim tua ipse peccata quanta prius fuerint agnosces, quodq́ nemo omnium impeccabilis sit. Quòd in quantumuis annosa ætate uitam emendare oporteat, nec unq̃ remittere: ut licet non optimi aut sapientissimi euadere posſimus, euadamus tamen quales possumus, si non primi, secundi tamen aut tertij quartiue, id quod iugi exercitatione

A consequemur. 4. Quomodo ipse iracundiæ uitium per totam deinceps uitam declinauerit, cum adolescẽs adhuc iracundum quendam multis modis absurdissime se gerentem uidisset. Quomodo paulatim aliquis irasci desuescat. Seruos non cædendos esse pugnis, sed paulo post ferula aut scutica. Contra eos qui per impotentem iram nimis crudeles sunt erga seruos. Historia serui ab Adriano imperatore altero oculo priuati, &c. Historia cuiusdam qui seruos duos per iracundiã prope occidit: & q̃ idem statim pœnitudine ductus à Galeno flagellari petierit: Et quomodo Galenus non flagro, sed ratione coercẽdam esse iram eum docuerit. Quamuis primo anno parum quis ad iram reprimendam proficiat, si pergat tamen, nec unq̃ remittat, paulo melior fiet anno secundo, & sic paulatim tertio, quarto, & quinto deniq́ magis proficiet. 5. Breuis repetitio dictorum hactenus. Seruum manibus non uerberandũ, nec

B statim postq̃ deliquit, sed postridie, & cum ira iam deferbuerit: Aut primo potius errori ignoscendum, & uerbis tantum castigãdus qui errauit. Iram esse insaniam quandam, & quæ absurda per iram cõmittantur (ut supra etiam dictũ est) quæ qui faciunt bestijs similes sunt. Qui uero non adeo absurdi & crudeles in seruos sunt, manibus tamen eos feriunt, hi non omnino bestiæ, sed inter illas & homines medij sunt. At homines prudentes & honesti, alijs castigationibus utuntur, nec inferiores sunt ira, & omnia ratione agunt. Qui cæteris irascentibus iracũdiæ expers manet, hic se omnium optimum esse declarat. Ira morbus est animi: Et recte à ueteribus tristitia, ira, iracundia, concupiscentia & metus, quinq́ animi pasſiones uocantur. 6. Præcepta tradit contra pasſiones. Mane surgens aliquis eo die agenda con

C sideret, & utrum præstet ratione ac sine affectibus agere, an contra, perpendat. Habeat etiam à quo errorum suorum admoneatur, eumq́ ceu conseruatorem & summum amicum colat: ac licet aliquando immerito reprehendere uideatur, non tamen ei succenseat. Deniq́ proponat sibi in omnibus honorare seipsum: quod continget facilius, si iratorum gestus & absurda facta ob oculos habeat: & contra, iræ expertium honestatem. Continua exercitatio necessaria est. Omnium reprehensio admittatur, ianua semper omnibus pateat. Voluntas si prompta sit, facile excindentur uitia, secus difficillime. Omnia sic age tanq̃ in multorum conspectu, atq́ interim teipsum maxime reueretor. Sic fiet ut paulatim irascibilis animæ facultas mansuescat. Meminit libri sui de moribus. Animosa pars animæ, cũ cicurari posſit, comparatur equo uel cani: Concupiscibilis uero a

D pro & hirco. Illa emendatur institutione & obedientia: hæc uero castigatione, id est coercendo ipsam, & rerum quas concupiscit fruitionem negando. sic enim debilitata rationẽ sequeẽ, ui potius adducta quàm sponte persuasa. Ira, & ea deterior utpote diuturnior, μῆνις, id est simultas, animæ partis irascibilis affectus sunt. Concupiscibilis uero, statim ad id fertur, quod suaue & iucundum est, nihil ultra inquirẽs. Hæc si inualuerit, uinci postea non potest, & improbo libidinis gulæúe amore hominibus imperat. 7. Quæ de ira hactenus dicta sunt, de cæteris quoq́ affectibus similiter accipiantur. Repetitio supra dictorũ, & q̃ quotidie, uel sæpius, uel mane saltem & uesperi, acta agendaq́ consideranda sint. De symbolis Pythagoræ. Quòd præter iram, alia quoq́ uitia cauenda sint, ut gula siue in multo siue delicato cibo, libido, ebrietas, curiositas, & inuidia. De tẽperantia circa cibũ potumq́ exercenda, primo sobrietate uincendo cõuiuas cæteros: deinde illos etiam qui à sobrie-

sobrietate laudatur, postremò nos ipsos. Laudat pythagoræ dictũ. Elige uitã optimam: iucundam uero eandẽ consuetudo efficiet. Temperantiæ indiciũ est, suauia nõ amplius appetere: & uia ad eam est per continentiam. Quid continẽtia præstet, quodq; initio laboriosa sit. Se in hoc libro non emendationem affectuum, sed agnitionẽ docere, quæ facilis est ex animo uolenti, secus difficillima. 8. Quòd nullam præter hanc noscendi emendandiq; affectus rationẽ hactenus inuenerit. Quòd etiã contentio, ambitio, & dominandi libido, animæ passiones sint. Inuidiã esse pessimã, siue ea peculiaris affectus sit, siue tristitia quædã. Cõmunis omniũ emendandi ratio est. Turpia ea esse & fugiẽda, ex alijs qui ualde ijs obnoxij sunt, addisci. Cæcitas est in causa, ꝙ ipsi in nobis ea nõ uideamus: quædã etiã propter paruitatẽ nos fugiunt. Senex igitur aliquis cẽsor adhibeatur, & unusquisque seorsim etiã seipsum reprehendat, & uitia funditus ab animo eruat. Subinde enim ab aliorũ conuersatione B prouenĩũt. In singulis aliorũ affectib. nos ipsos inspiciamus, nũ qui similes nos etiã afficiãt: ꝙ si qui fuerint, crescẽtes adhuc excindãtur anteq; cõfirmẽtur. 9. Tristitiã inter affectus ferè solã, sicuti dolorẽ in corpore, homines sibi malũ existimãt: cæteros in se negligunt, licet in alijs uituperẽt. Natura & educatio in puero plurimum ualẽt cõtra affectus, deinde etiã dogmata & exercitatio in reliqua ætate. Quàm uariæ & contrariæ etiã puerorũ & infantium statim indoles naturæq; sint, ingenio, moribus, & affectibus diuersæ. Aristides interrogatus quomodo iustus euasisset: Natura, respõdit, maximũ est, ego uero illã prõpte adiuui. Pueri nõ tristari modo, sed etiã irasci & gulosi esse procliues. Quãobrẽ alij faciles, alij difficillimos ad bonã institutionẽ se præbẽt, nõ ideo tamẽ negligendi. Quin quod officij nostri est, implẽdũ, C ne qua in nobis sit culpa, siue illi disciplinã recipiant, siue nõ. Simile de plãtis, earũq; cultu. Rubus nunꝗ feret uuas: uitis licet natura ferat, inculta tamẽ aut malas aut nullas proferet. Equus recipit & seruat disciplinã: ursus recipit, non seruat: scorpij & uiperæ ne recipiũt quidem. Suum ipse ingenium ne adultus quidẽ, nedũ puer quale sit rectè aliquis cognoscit. 10. Parẽtes Galeni & educatio. Quod iã 14. annos natus, Philopatorẽ stoicũ, & Gaium Platonicum audiuerit, &c. De patris sui studio iudicioq; circa diuersas Philosophorum sectas. Quatuor principes uirtutes maximè exercendas esse: Et ꝙ omnes homines, iusti, prudẽtes, tẽperantes ac fortes saltẽ uideri: tristitiæ uero immunes esse reuera studeant. Tristitiæ igitur uacuitas, utpote omnibus maxime expetita, diligentissime exercenda est. 11. Galenus adhuc de seipso: Quomodo præcepta à patre accepta de omni affectuũ genere uitando, per totã uitã obseruauerit, gloriã, honorẽ, pecunias, non magni fecerit. Non esse dolendũ in rerũ iactura, si ea quæ supersunt ad uitã D sufficiant. Quod nulli sectæ nomen dederit. Quis sit modus diuitiarũ & usus. Amicò ad quẽ scribit, nihil deesse neq; ad honores neq; ad diuitias, nisi prorsus sit inexplebilis. 12. Inexplebilitas quid sit: primũ circa uictum, & quæ mala corpori adferat. Deinde circa pecunias & possessiones. Vltra domũ, uictũ, & uestitum moderatum, & remedia in morbis, nihil quærendum est. Quidã duplo, triplo, quadruplo, & ita deinceps, quidã etiã trigecuplo, amplius ꝙ sit opus ad uitã uoluptuariã insumunt. Alij contra cũ parũ insumant, & fortè sub inde augeant, in tristitia degunt, & auaritiæ seruiũt. Alij deniq; liberales & benefici sunt, et quamuis nihil sorti adijciant, absq; omni tristitia uitã degunt: talis etiã Galenus fuit. 13. Ἀπλησία. i. inexplebilitas & πλεονεξία, omnis tristitiæ scaturigo sunt. Inexplebilis est qui semper alium se ditiorem respiciens, illum quoq; superare contendit, primũ in sua ciuitate, deinde in alijs etiã tũ suæ gentis tum aliarũ ciuitatibus. Talis nõ diues, sed pauper est, propter infinitã cupiditatem. Diues aũt uel saltem εὔπορος is est, qui ex usu sufficiente res suas metitur. Aufer hanc opũ ἀπλησίαν, & uiues tranquillus, nec ob iacturam rerum tristaberis. Aufer eandem circa honores, et illic quoq; tranquillus eris. φιλοδοξία est, qua quis omnibus innotescere cupit: φιλοτιμία uero, qua cunctis honorari. hæc sine illa non contingit. Plus autem molestiæ uir ita ambitiosus propter illos percipit, à quibus noscitur neq; colitur (sunt enim hi semper plures) ꝙ uoluptatis ab ijs qui norunt ipsum coluntq;. Quod amplecti oporteat αὐτάρκειαν, oppositam inexplebilitati uirtutẽ: ut quæ maxime uideatur ἀλυπίαν, id est tristitiæ immunitatem effectura. Hoc dogmate approbato, quotidiana exercitatio accedat oportet. 14. Quod pleriq; et si has admonitiones ueras esse iudicent, nihil tamen inde iuuẽtur, cum inueterati iam et incurabiles eorum affectus sint. Qui uero non prorsus serui iam sunt affectuum, et pædagogũ (ut dictum est) sibi præficiunt, ij sanè probum honestumq; animum efficere poterunt. Πλεονεξία mater est plurimorum uitiorum, auaritiæ, ambitionis, etc. ab adolescentia igitur odisse eam oportet: nam quadragenarius aliquis aut quinquagenarius iam, serò inciperet. De sene quodam ἀλυπίαν à Galeno doceri cupiente. 15. Vitia pleraq; in prima se emendantis exercitatione, non agnoscũtur ab eo qui delinquit, cũ aliàs, tum quia nõnulla uirtuti affinia sunt, ut auaritia et diligẽtia circa rem domesticam, etc. Alius itaq;, senex præsertim, pro pædagogo nobis præficiendus est. Quod licet minimi fiant ab initio progressus, contentos esse oporteat, et paulatim illos maiores futuros sperare: Nam et animo roboris nonnihil per exercitationẽ accedit, et affectus subinde impugnati debilitantur.

CL. GALENI LIBELLVS DE COGNOSCENDIS CVRANDISQVE ANIMI MORBIS QVAS PERTVRBATIONES LATINI APPELLANT.

Bernardo Donato Veronensi interprete.

PROOEMIVM.



POSTQVAM etiã in commẽtariũ redacta tibi habere uis ea, quæ olim tibi respondi, cũ interrogasses nos de libello, quẽ Antonius Epicureꝰ scripsit de subsidio aduersus proprios affectus, hinc iã hoc ipsum agã, hincq; initiũ sumã. Optimũ quidẽ factu fuisset, si ipse Antonius aperte explicasset, quid tãdẽ subsidij nomine uellet significari. ut uero ex ijs cõiecturã facere licet, quę in ipso libro memorat, uidetur mihi eo uerbo, aut obseruationẽ, aut dijudicationẽ intelligere, aut etiã correctionẽ. Siquidẽ ille, ut nosti, pleraq; eorũ quæ dixit, ita obscure elocutus est, ut cõijcere longe facilius sit quid dicat, ꝙ plane percipere. mo-

do enim nos hortari uidebitur, ut cogitemus, nos quoq; ipsos similiter ac cęteros peccare, modo autem quo pacto singula quæ peccat, unusquisq; diiudicet ac dignoscat. modo qua ratione quis seipsum à peccatis abducat. quod quidem mihi eiusmodi orationis uniuersæ caput esse uidetur. cætera uero oĩa inutilia planè ac superuacanea sint, nisi ad hoc ipsum referantur. oportet autem in ijs maxime affectibus, qui propter peccata eueniũt, seipsum corrigere. nã illius interdum quasi de solis affectibus oratio est: plerunq; tanquam de peccatis: nonnunquam de utrisq; tibi disputare uidebitur. ego uero hoc ipsum primum, ut nosti, iam pridem distinxi, cum peccata quidem ex falsa opinione committi affirmaui: affectum uero seu perturbationem ex quadam experte rationis ui fieri, quę ipsi rationi minime obtemperans sit. communi aũt uocabulo (quod quidẽ ad significatum ampliorem pertineat, qui genus ipsum magis attingit) utraq; peccata appellari. dico autẽ illum peccare, qui, exempli gratia, aut immodestius, aut animo cõcitatiore aliquid agat, aut calumniæ credat. scripsere igitur & alij ex philosophis pleriq;, & Chrysippus præterea, quæ ad remedia pertinerẽt animi perturbationum. tractauit etiam Aristoteles eandem materiã, & eiusdem philosophi sectatores. ante hos uero etiam Plato. & satius forsitan fuisset ita ab illis uiris hæc discere, quẽadmodum ipse quoq; didici. uerum tamen hoc priore libro, capita tibi omnia, quoniam ita iubes, breuiter exponam, eo planè ordine, quo me respondentẽ audiuisti, cum de Antonij libello interrogasti.

I Quod igitur peccare nos probabile sit, tametsi nihil prorsus ipsi nosmet aberrare existimemus, ex ijs quæ dicam, argumentari facile fuerit. Cernimus cunctos homines existimare seipsos aut esse omnino sine oĩi peccato, aut in paucis exiguisq; rebus rectam rationem offendere: hocq; ipsum illis maxime accidere solere, quos alij plurimum peccare arbitrantur. quam sanè rem ego, siquam aliam præterea, plurimis notam habeo experimentis. ergo quicunque alijs permiserunt, ut de seipsis ferrent sententiam ac iudicarent, quales nam sint, hos in paucissimis aberrare solitos animaduerti. at quicunque se ipsos esse optimos existimarunt, nec alijs iudicium sui ipsorum facere permiserunt, hos contra, & in maximis rebus & in plurimis offendentes inspexi. quo circa, quod ipse quondam adhuc puer temere laudari putabam, (id autem erat Pythium illud, quo iubetur unusquisq; seipsum cognoscere) propterea quòd magnum non esset præceptum, hoc postea deprehendi, merito admodum commendari solere. nã is solus qui sapientissimus est, perfecte se ipsum cognoscit. reliquorum autem omnium, perfecte quidem nullus: alius autem alio & magis & minus. quod enim in uita uniuersa & in artibus omnibus uidemus, ut magnas quidem atque insignes rerum eminentias differentiasq; quiuis unus è multis facile possit discernere, exiguas autem ac tenues, ij duntaxat qui & prudentes sint & ip-

A sarum artium periti: idem in peccatis quoque atque affectibus usu solet uenire. siquis enim, exempli gratia, minima de causa uehemẽter iratus mordeat, ac uexet seruos domesticos, tum is tibi planè uidebitur malo quodam affectu teneri. item si quis ebrius inter scorta & lasciuos cœtus diuersetur. At mediocriter animo commoueri ob magnã amissam pecuniam aut ob repulsam atq; ignominiam, quamuis in genere affectuũ cõtineatur, nõ tamen æque ut illud superius perspicuũ est: sicut ne placentam quidem exedere auidius. uerum tamen hæc quoq; emendationis indigere, ei qui animum suum exercuerit, & à cunctis affectibus uindicauerit, haud dubium est: quamuis eadem euitare, propterea q; parua sunt, magis arduũ sit. quisquis igitur uolet se & honestum & probum fieri,
B is necesse est cogitabit, plurima à se peccata sua ignorari: quæ ut cuncta deprehendat, cum possim ego dicere quo pacto ipse deprehẽderim: nondũ tamen id dico, propterea quòd fieri potest, ut hic libellus etiam in aliorum manus aliquando perueniat: quos ipsos quoq; exerceri uolo quoad rationem inueniant qua peccata sua agnoscant. quemadmodum olim, cum eadem de re loqueremur, te itidem mihi dicere postulaui, & donec tot illa ipsa tibi uideri significasti, conticui. quare etiã nunc eodem modo agam: & exhortabor eum qui hoc scriptum nostrum legerit, ut quod ipsi permissum sit ac relictum, id quærat, quomodo uidelicet unusquisq; possit seipsum peccantem agnoscere.
C duplicem enim, ut Aesopus aiebat, manticam è collo suspẽsam gerimus, alteram quidem ante pectus alienorum, alteram uero à tergo nostrorum. ex quo fit, ut aliena spectemus semper, propria autem nunq; intueri possimus. quã quidẽ narrationem cum omnes probent ut ueram, Plato etiam causam cur id fiat, nobis exponit. quidquid enim amat, inquit, cæcum est erga eam rem quã amat. itaq; si nostrum quiuis se ipsum maxime omnium diligit, unusquisq; nostrum ad se ipsum maxime cæcus sit necesse est. quomodo igitur propria mala inspiciet: aut quomodo se peccantẽ intelliget? multo enim magis etiam nunc, q; res ipsa fert, tam Aesopi apologus q; Platonis oratio uidetʳ nobis nostrorum peccatorum inuentionẽ desperabilẽ
D constituere: siquidẽ neq; quis facere potest quin se ipsum amet, & quod amat, erga eam rem quam amat, cæcũ sit necesse est. nec uero ipse postulassem, ut qui hunc librum legere instituerit, curet per se, ut sibi uiam inueniat qua peccatorum suorum cognitionem accipiat, nisi res ipsa difficilis admodum foret, quamuis quis uel q; plurimum eam rem apud se ipsum tractauerit.

II Proinde ego hic meam enucleo sententiam, ut si quã aliã quisq; præterea rationẽ per se ipsum inuenerit, mea quoq; sibi assumpta, liberalius adiuuet, quippe qui duas salutis uias pro una sit nactus: sin minus, at hac nostra saltẽ uti possit, donec aliam meliorẽ offenderit. sed iam uidetur esse tempus, ut quænã hæc sit mea in mediũ proferã, hinc sumpto initio. Quoniã peccata ob falsam opinio-

nem committi solet, affectus autem seu perturbationes ob expertem rationis appetitũ, placuit mihi prius me ipsum liberare ab affectibus. par enĩ est nos ab his detẽtos falsa opinari. sunt autem animi uel affectus uel perturbationes, quæ omnes nouimus, impetus, ira, timor, mœror, inuidia, uehemens cupiditas: mea uero sentẽtia etiam nimio alicuius rei qualiscunq; ea sit, uel amore uel odio occupari, in genere affectuũ est habẽdum. probe enim dictum esse uidetur, mensurã esse optimam, tanquã nihil bene egregieue fieri possit sine mensura. quo modo igitur quis ista unquam eijciet, nisi prius ea se habere cognouerit? at uero ut quis cognoscat fieri non potest, quemadmodũ iam dictum est, quãdoquidem nos ipsos amamus uehementer. Ceterũ & si ratio hæc tibi nõ permittit, ut de te ipso iudices, at saltem ut de alio, quem neq; ames neq; oderis, iudicium feras, tibi non adimit potestatẽ. cum igitur audieris in urbe quempiam ex ijs quos tibi neq; amore ullo neque odio prosequendos intelligis, laudari à multis q nullis hominibus aduletur, tum tu ubi ad illũ propius accesseris, quò de illo possis ferre iudicium, num sit talis, qualis esse perhibetur, huiusmodi periculum fac. Primum si uideas ab homine & diuitum & apprime potentum, aut etiam principum ac tyrãnorum ædes frequentari, pro comperto habe, te frustra audiuisse hominem omnia uera dicere solere. (obsequia quippe istiusmodi mendaciũ sequi cõsueuit.) deinde siue id genus hominum salutantem, siue illis se ipsum comitem exhibentem, conuiuijsue illorum ac cœnis inferentem, cõspicias. quisquis enĩ huiusce generis uitã sibi ipsi sequendam proposuit, non solum nõ uerax esse consueuit, sed etiam omnẽ malitiam habere necessario, quippe qui aut pecuniarum, aut principatus, aut gloriæ, aut honorũ sit cupidus, & uel aliquib. horum seorsum, uel omnibus simul insidietur. quem uero neq; salutare, neq; comitari id genus hominum, neq; cum ualde potentibus ac diuitibus cœnitare, sed frugi ac temperato uictu uti solitũ compereris, sperauerisq; ueridicũ, conare hunc quoq; profundius altiusq; cognoscere, ut scias, cuiusmodi tandem sit uita. talem porro cognitionẽ singulorum ex longiore cum singulis consuetudine cõparare solemus. q si talem offenderis, qualem sperasti, seuoca aliquando hominem, & cum solo sermonem cõfer, rogaq; ut siquem tibi ex illis animi affectibus turbulentis inhærere notauerit, eũ continuo indicare ne grauetur, teq; illi maximã habiturum gratiã pollicere, existimaturũq; te ab ipso magis seruatum, q si corpore ægrotantem sanasset. q si ille recipiat se facturũ, cum primum te aliquo tali uitio laborantẽ inspexerit, deinde longo dierum interuallo interiecto nihil dixerit, interim uidelicet tecũ assidue uersans, accusa hominẽ, rogaq; iterũ aliquãto blandius q prius, ut quidquid taliũ perturbationũ in te residere animaduerterit, illico tibi significet. qui si tibi respondeat, propterea se nihil tibi dixisse, quòd tali tempore nihil in te istiusmodi deprehenderit, ne cõtinuo illi fidem

A adhibeas, neue existimes, te repẽte omnino inculpabilem euasisse: sed duorũ alterum in causa esse: aut propter negligentiã incõsideratiorẽ amicum fuisse, nec animaduertisse: aut redarguendi uerecundia impeditum tacere: aut etiã nolle tibi in odium uenire, cum haud ignarus sit omnibus, ut ita dicam, hominibus hũc morẽ esse, ut eos oderint, qui uera loquantur: aut si nihil horum est, scito hominẽ propterea tacere q nolit ipse tibi prodesse, aut etiam propter aliud quidpiam, quod à nobis neutiq; probatur. nam si mihi hoc credideris nũc, fortasse fieri nõ potuisse, ut tu nihil peccaueris, laudabis post ubi uideris omes homines singulis diebus innumerabilia peccata committere, & affectibus ductos agere quæ agant, neq; tamen agnoscere se ipsos tales. quare neq; tu quidem arbitrare te B ipsum aliud potius esse q hominem. id porrò arbitraberis, si persuasum habeas, perpulchre à te acta omnia quæcunq; non uno dico mense, sed etiam uno die egeris. Verum forsitan dices, siquidem litigiosus propterea es quòd uel ex animi proposito, uel ex prauo quodam more talis euaseris, uel etiam rixarum amator sis natura, quantum ex ijs uerbis, quibus ego nuper usus sum, cõijcere licet, uiros sapientes aliud esse potius q homines. at tu isti rationi, quæ una est, nostram quæ est duplex, opponito: unam quidem quòd omnino sine peccato sit sapiens: alterã uero, (quæ ad eum qui illã priorem cõcesserit, spectet,) siquidem sine peccato sit sapiens, eum ne hominẽ quidẽ esse: quod uero etiã pertinet huc, de hac ipsa re & propter hoc C ipsum dictũ ab antiquissimis philosophis audies, Deo similem esse sapientem: at te tamẽ Deo similem repente fieri nunquã potuisse. quando enim qui totam uitam exercuerũt ut se ab affectibus liberarent, non credunt id se perfecte atq; omni ex parte consecutos, nimirũ tu id multo minus, qui nũquam exercuisti. ne credito igitur illi qui dicit, nihil à se animaduersum, quod à te ex perturbatione sit gestum: uerũ aut q tibi nolit prodesse, idcirco sic locutum existima: aut q non sibi obseruanda putauerit, quæ à te perperam agantur: aut q odium tuum timuerit, ac uitauerit. fortasse etiã uidit te aliquãdo ægre tulisse eum, qui tua peccata tuosq; affectus malos reprehẽderit: quamobrem D sibi tum tacendum putauerit. aut non credit, cum dicis te uelle singula peccata tua inspicere, te id ipsum agere re uera. q si tu, cum primum aliquid cõmiseris, silentio abeas, haud ita multo post inuenies non paucos, qui te non simulate, sed uere corrigant: longeq; etiam magis si ei qui te reprehẽderit, egeris gratias, quando hac ratione fieri potest, ut à te tuum malũ recedat. post aũt si diligẽter consideraueris, uerè ne te ille an falso increpauerit, ex ea re senties te magnam percipere utilitatẽ. si uero idem asidue egeris, propositumq; tibi sit, te in uirũ euadere honestũ & probum, facile talis fies. nam in priore quidẽ tempore ne si omnẽ quidem considerandi diligẽtiam adhibeas, poteris deprehẽdere, te per calumniam et mendaciũ iudicare, tibiq; ipsi per imperitiã persuadere, nihil à te esse

omnino peccatum. cæterũ hoc ipsum potius tibi sit studium, hæc exercitatio, ut calumnias & conuicia æquo animo feras. quod ubi feceris, & satis moratus satisqúe sedatus fueris, iamq; tuas ipsius perturbationes animo perspectas habueris, tum aggreditor respondere calumniantibus: sed neq; acerbe unquã id facias, neq; redarguendi conuincendiue aut etiam altercandi studio, nec uero te illum alterum uelle deijcere ac prosternere significes, sed omẽ id tuæ ipsius utilitatis causa moliri. ut si ille quoq;, dum cõtradicit, probabile quidpiam obijciat, credas illum melius nosse, si modo illum ubi satis lõga inquisitione exploraueris, extra culpam crimẽq; reperias. hac ratione uolebat Zeno omnia nos agere, itaq; tutos nos dicebat fore, si ageremus tanq; paulo post pædagogis rationẽ redditurí. sic enim ille uir appellabat istos quorũ non paruus est numerus: qui licet à nemine usquam inuitentur, ad increpandos tamẽ amicos & propinquos suos promptissimi sunt.

III Oportet autem eum qui talia ab amico sit auditurus, neq; diuitem esse, neq; cultu & reuerẽtia quadam apud ciues suos conspicuum. nam si istiusmodi reuerentia insignis fuerit, nemo planè illi uolet uera dicere ob timorẽ, quemadmodum ne locupletibus quidem solent adulatores lucri gratia. quin etiam siquẽ istis ueridicum aliquis casus obtulerit, ad se hunc illico suosq; mores distrahere consueuerunt. siquis igitur sit uel apprime potens, uel opulentus, qui uelit in uirũ egregium ac frugi euadere, ab hoc deponi se ipsum necesse erit, atq; his præsertim temporibus, in quibus nullus sit inueniendus Diogenes qui uel opulentissimo ac monarchæ cuipiam sit dicturus ueritatem. illi igitur quid sibi facto opus sit, uiderint: tu uero qui neq; ex potentibus ciuitatis, neq; ex opulentis es unus, permitte omnibus, ut quicquid damnant in te, libere aduersum te dicant. neq; ipse aduersus quempiam indignare: sic uero tibi sint omnes, ut Zeno dicebat, pædagogi uidelicet. neque tamen par esse arbitrare, omnes æque atq; indifferenter attendere quid dicant, sed eos tantum quos & optime uitam egisse, & prouectiori ætate iam esse perspexeris. qui autem sint qui optime uiuant, paulo ante à nobis dictum est. progressu uero temporis ipse per te facile assequeris atq; intelliges quanta & qualia erant, quæ à te peccabãtur: tibiq; tunc scilicet ego maxime uidebor ueridicus qui nego quempiã sine affectibus aut sine peccatis inueniri, etiam si optima quis natura sit præditus, aut etiam si apud gentes uixerit, quæ optimis educationibus utantur: omnino autem necesse est unumquenq; labi & errare in aliquibus, eoq; etiam magis, quo quispiam iunior fuerit. exercitationis enim unusquisq; nostrum per totã ferme indiget uitã, ut in uirũ perfectum euadat: neq; tamen deterreri quempiam oportet ne se ipsum conetur meliorem efficere, etiã si iam factus quinquagenarius sentiat sibi animũ uitio & insanabili & irreparabili deformatum. nam ne corpore quidem male quispiã habens, malæ item habitudini

A se ut uictũ dederit, etiã si quinquagenarius sit: quin potius omni ratione conabit ipsum corpus in melius restituere, quãuis cõpertum habeat se nunq; Herculeã ualetudinem consecuturũ. ne igitur nos quoq; deterreamur, ne meliores nos ipsos animo reddamus, quamuis cõpertum nobis sit, animum nõ posse cõsequi sapientis: uerũ maxime quidem etiam illum speremus nos habituros, si à teneris usq; ipsum hũc nostrũ curare cœperimus: sin minus hoc obtinere possumus, at saltem ne totum omnino deformẽ illum geramus, ut Thersites corpus, solicite curemus. etenim si anteq; exi-steremus, fuisset in nostra potestate, cõuenire illũ qui prouidebat, ut nasceremur, & primo quidẽ orantibus nobis, ut corpus strenuissimũ generosis-

B simũq; ab illo liceret accipere, ille denegasset, tũ profecto precati essemus, ut secundo saltẽ gradu, aut tertio, aut etiã quarto proximũ primo bonæ habitudinis corpus nobis cõcederet: itaq; si Herculis nõ potuissemus, at Achillis accipere prçclarũ quiddam nobis uisum esset: quod si non huius, at Aiacis, at Diomedis, at Agamẽnonis, at Patrocli. sin ne horum quidem, at saltem aliorum quorumpiam heroum præstantium. eadẽ, ut arbitror, ratione, si quis supremam nequeat animi excellẽtiam obtinere, at saltem post supremos illos sapientes in secundis, aut tertijs, aut etiam quartis sese haberi non recuset. hoc autem quod dico, non eiusmodi est, ut fieri non possit, si modo quis exercere se ipsum uelit, & lõgiori tempore assidua exercitatione periculum facere.

C IIII Ego aũt cum adhuc puer hæc audiuissem, & quodã tempore hominẽ uidissem, cui nimia festinatione conanti aperire hostium, res ex sententia nõ successerat, & ob eam rem iratus clauẽ mordebat, calcibusq; fores percutiebat, atq; in deos conuicia iactabat, oculis instar eorũ efferatis, qui in furias euaserunt, ac propemodũ ex ore spumã emittebat, ut apri solent: tum eiusmodi odiũ aduersus iracundiã cõcepi, ut nunq; postea quisq; me ob talẽ affectũ tristiorem uiderit. & sane hoc ipsum primo quoq; tẽpore erit satis, si neq; in Deos maledicta iactabis, neq; calcibus feries, aut dentibus aggredieris lapides ac ligna, neq; efferato uultu intueberis, sed intra te ipsum continebis atq; occulta-

D bis iracundiam. nam ab ira prorsus liberari simul ac quis uelit, non cõtinuo quis potest. comprimere autem illius perturbationis intemperantiam atque insolentiam potest. quod remedium si sępius usurpauerit, agnoscet tandẽ aliquando ipse seipsum minus nunc propensum ad iram q̃ ante, usq; adeo ut neq; ob paruas neq; ob magnas causas in furorem se agi animaduertat, sed magnis tantum modo irasci sceleribus. quin etiam ne hoc ipsum quidem quod dico, irasci magnis sceleribus, post eidem ultra eueniet, si id obseruabit, quod ego, cum mihi ipsi adhuc puer imperassem, in omni reliqua uita obseruaui. id porrò est, nunquam à me seruum mea manu uerberatũ fuisse: quòd ipsum patri quoq; meo usurpatũ memini. qui etiã complures amicos increpare solitus erat, quos, in percutien-

cutiendo, famulis dentes cõfringere deprehendebat, eos dignos esse affirmans, quibus serui illi in ipsa uulneris inflammatione, cõuulsione tentarẽtur, ac sic interirent. quidni enim? quando eis licitum fuerat paulo post & ferula & loris quotquot libuisset uerbera infligere, & consilio tale opus perficere. porrò alij sunt qui non pugnis solum, sed etiam calcibus feriant, & oculos effodiant, & stylo uulnerent, siquando stylum manu teneant. uidi etiam quendam qui ira percitus, calamũ quo scribimus, in oculũ serui inflixerit. Adrianus quidem imperator, ut aiũt, cum stylo serui cuiusdam sui oculum uulnerasset atq; eruisset, ac post illum uidisset ex eo uulnere factum unoculum, ad se uocauit, fecitq; ei potestatem, ut pro illa calamitate munus à se peteret. cum autem ille miser taceret, B rursus hortatus est Adrianus, ut quidquid uellet peteret. At ille negauit se aliud quidquam petere, optare uero se oculum quem amisisset. enimuero quod tandem munus inueniri possit, quo oculus amissus rependatur? Cæterum quæ mihi quoque olim acciderint, hic tibi narrare uolo, quamuis eadem de re me sæpius tibi dixisse meminerim. Roma redeunti mihi factus est itineris comes amicus quidam patria Gortinensis ex Creta, uir cæteris quidem rebus non contemnẽdus, quippe qui & simplex moribus, & in amicitiam propẽsus, & frugi, & in ijs quæ ad quotidianos sumptus pertinent, liberalis esset, sed usq; adeo iracũdus, ut suis ipsius manibus aduersus seruos uteretur, interdumq; etiam cruribus, loro autem, ac ligno, quod C cunq; irascenti occurrisset, multo libentius. cum ergo iam essemus Corinthi, omnia quæ secum uehebat supellectilia, una cum ipsis seruis, naui tradidit uehenda à Cenchreis Athenas usq;, ipse mercede conducto uehiculo terrestre iter Megaris facere instituit. itaq; cum iam Eleusinem præterijssemus, ac Thriasiũ attingeremus, seruos quos secum habebat, interrogauit de quadã supellectili, at illi casu quid responderent, non habuerunt. furore ergo percitus, ubi nihil aliud habuit quo adolescentulos percuteret, gladiũ qui intra uaginam cõditus erat, unà cum ipsa uagina arreptum in caput infligit, nõ illum quidem qua latior planiorq; est inferẽs, (sic enim nihil grauius accidisset,) sed qua secãdi uim gladius habet. uagina igitur illico D dissecta est, atq; ingẽs uulnus in capite utriusq; effectum est duplex. bis em̃ utrũq; percussit. ubi uero plurimũ sanguinis effluere de uulneribus animaduertit, nobis eo in loco relictis, ipse Athenas illico pedibus iter ingressus est, ne ipso adhuc præsente aliquis seruorum interiret. nos tamẽ postea seruatos illos Athenas perduximus. amicus autẽ ille Cretensis, cũ ipsum facti pœnituisset, me manu arreptũ Megara introducit in domũ quãdam: deinde lorum porrigens, ubi se ipsum exuit, iubet uerberare pro ijs quæ furore nefario coactus patrauerat. sic em̃ ipse uocabat. cum autẽ ego, ut par est, in risum prorumperẽ, ille ad genua procũbẽs instabat obsecrabatq; ut ne aliter facerẽ. hic porrò haud obscurũ est, me tanto maiori risu cõmotum

A fuisse, quanto illum diutius in eo perseuerantẽ uiderim, ut cæderet. Cæterũ postq; satis diu in hoc ipso perstitimus, recepi me illi facturũ quod petebat, hoc est, uerbera illaturum, si ipse quoq; ualde exiguum quiddã quod ego peterẽ mihi uicissim præstaret. qui ubi recepit, tum ego rogaui hominem, ut mihi sermonẽ quendam recensenti aures accõmodaret: hocq; esse illud ipsum quod ego peterem. quod ille cum se facturum recepisset, longiori sermone illũ docui quẽadmodum id quod in nobis est iracundiæ ac furoris coercere erudirẽque oporteat, ratione uidelicet. quod em̃ non uerberibus, sed alio quodam modo sit corrigendum, illi latius exposui. at ille cum ad seipsum redijsset, sibiq; prouidisset, longe posthac se ipso melior effectus est. tu uero quamuis nõ multo fias melior, at satis fuerit anno uno in melius saltẽ paululo esse prouectũ. nam si perges cõstãter resistere affectui iracundiamq; mitigare, tum altero anno te multo euidentius profecisse animaduertes. q; si in eo diutius perseueraueris, ut tibi ipsi prouideas, lõge propius tertio, & post hunc quarto, atq; item quinto ad honestius grauiusq; uitæ genus accessisse te senties. turpe enim est, quempiã multos annos cõtinẽter laborare atq; exerceri, ut uel medicus, uel grãmaticus, uel rhetor fiat, uel geometra: ut aũt in uirum bonũ euadat, in tanto spatio temporis nunquã sibi quicq; laboris assumere.

V Quodnam igiť sit huiusce exercitationis initiũ rursus repetamus. pro rebus enim maximi momenti nihil incõmodi fuerit bis terq; eadem commemorare. nunq; igitur quempiam seruorũ tuorũ peccantẽ tuis ipsius manibus corriges: sed quẽadmodum ego quod olim Platonẽ audiuissem aduersus quendã seruũ maluisse agere, id in tota uita usurpaui, pulchrũ esse genus officij ratus: ita tu quoq; tibi ipsi præcipito, neq; te tuis ipsius manibus seruũ cædere, neq; quãdiu iratus sis, alij imperare, sed in posterũ differre. postq; em̃ furor abierit, prudẽtius tẽperatiusq; dispicies quot uerbera infligere ei qui puniendus sit, oporteat. nec tamẽ illud dixerim melius esse initio statim cõcessa uenia rẽ trãsigere, & ubi lorũ tibi afferri iusseris, tum uerbis dũtaxat corrigere ac minitari, te nõ amplius idẽ cõcessurũ, si iterũ ille idẽ peccatũ cõmiserit. multo em̃ præstat, te facere ea quæ facis, sed postquã impetus ille animi deferbuerit, tuq; iã furorẽ illum omni rationi inimicũ deposueris: quo tempore uidelicet iam ratione opitulante inuẽturus sis, cuiusmodi ille pugno sit feriendus. nam quòd impetus irascentis nihil ab insania & furore differat, ex ijs, quæ faciunt, qui eo genere affectus percitι sunt, facile intelligere licet. pulsantes enim & ferientes calcibus, & uestimẽta scindentes, & toruum quiddam intuentes, omnia peragunt, usque adeo ut, quẽadmodum dictum est, & foribus, & saxis, & clauibus irascantur: & alia quidem lacerent, alia mordeant, alia calcibus petant. sed forsitan dicturi sunt, hæc fieri solere ab ijs duntaxat qui re uera insaniunt, quæ autem tu facis etiam à prudentib'. ego uero quod minus peccẽt qui suis

ipsorum manibus seruos cædunt, quàm ij qui lapides, & ianuas, & claues morsu petunt, calcibusque feriunt, planè fateor: sed illud item persuasum habeo, aduersus hominē, simulatque aliquid deliquerit, sæuire, exigui cuiusdam furoris indicium efficaciamque esse, aut animalis ratione carentis atque agrestis. quid enim? an non solus homo hāc habet excellentiam præter cætera animalia, ut ratione utatur? quòd si illa furorem iracundiamque abiecerint, ut uitam condonent, nónne hominis ritu id facient? noli igitur existimare hominem illū prudentem esse, qui unum hoc duntaxat cauerit, ne calcib. feriat, ne mordeat, ne stimulis configat proximos. qui enim iam talis euasit, non est ille quidē amplius fera, non tamen protinus etiā homo prudens: sed inter utranque naturā medius, hominis uidelicet prudentis ac feræ. nunquid igitur putabis te non feram esse, si non curabis ut in uirum & honestum & probum euadas? an satius fuerit ut non amplius inter feras, sic ne inter imprudentes quidem aut ratiōis expertes manere? eris uero talis, si nunquam animo inseruiens, sed semper rationi obtemperans, omnia ages. nam si cuncta nulla cum perturbatione aut affectu animi consideraueris, profecto cuncta tibi optima uidebuntur. quī igit hoc tandem fiet? nempe si tu ipse te ipsum maximi pretij hominē declaraueris: quo uidelicet pretio nullum aliud ne cogitatione quidem fieri potest, ut quis assequatur maius. nam dum omnes omnino homines iræ obnoxij sunt, te interim omnis iræ expertem esse, quid aliud tandē est, quàm te ipsum omnibus hominibus præstantiorem ostendere? quod si forte tu ipse teipsum putari existimes, quid aliud est quàm teipsum ostendis uelle quidem haberi præstantiorem, esse autē præstantiorem nolle? nō secus ac siquis cupiat putari se quidē corpore ualentē esse, re autē uera ægrotet? an non putas animi esse uel ægritudinē uel morbum excandescentiam, quæ & furor dici potest? an temere arbitraris ueteribus hasce animi perturbationes quinque appellari solitas? mœrorē, iram, excandescentiam, cupiditatem, metum?

VI Enimuero longe mihi melius uidet esse primum quidē in lōgius spatiū perturbationes eiusmodi cohibere, ac dum surgis de lectulo, singillatim quæcunque acturus sis inspicere, considerantē, num præstet eiusmodi affectibus inseruiendo uiuere, an ratione & cōsilio uti in omnib. quæ agas: deinde unicuique uolēti se uirū fieri egregiū ac frugi, aduocandum esse aliquem, qui sibi ea quę non recte à se agātur, singula indicet. tum singulis diebus singulisque horis habere hāc opinionē in promptu: quod præstet quidem, se ipsum dignū exhibere, qui egregius ac frugi appelletur, hoc autem fieri non posse ut nobis contingat, nisi eum qui singula errata nostra nobis indicet, habuerimus. quin etiā illum ipsum nostrorū peccatorum indicē, & seruatorem nostrum, & amicum maximū putare. deinde, quamuis tibi ille uisus fuerit falsa crimina obijcere, te tamen iratum uideri minime oportere, primum quidē idcirco quòd facile fieri potest

A ut ille ita melius quàm tu singula peccata tua perspiciat, quemadmodū uicissim tu quoque eorū quæ ab illo peccātur, non nihil. deinde quòd licet falsum quandoque tibi crimen obiecerit, at in eo tamen tibi utilis fuit, quod te ad eorum quæ agis, diligentiorē inspectionem excitauit. quod autem in hoc ipso maximum est, id præter cætera custodi semper, si quidem teipsum magnifieri expetis. id porrò ipsum est, promptum semper habere in memoria, quanta sit eorum qui irascūtur animi deformitas, quantusque rursus eorum qui sine ira uiuūt decor, quanta gratia. quemadmodum enim qui longiore temporis spatio peccare consueuit, cum magna difficultate suorum affectuum clauum obtinet, ita conuenit te multo tempore unumquodque

B eorum præceptorum exercere, quibus si pareas, uir egregius ac frugi efficiaris. nam eius rei facile obliuiscimur, dum animo nostro excidit, propterea quòd antehac totus sit impletus affectibus. cōsequēs ergo illud fuerit, ut quicunque seruari uelit, nullam omnino horā cesset: omnibusque accusandi seipsum faciat potestatem, omnesque æquo animo audiat accusantes: gratiamque nō adulantibus habeat, sed obiurgantibus: pateant semper domicilij tui fores: liceat notis ac familiaribus omni tempore ingredi, si quādo teipsum ita comparaueris. itaque etiam confidere oportet usqueadeo ut ab ingredientibus deprehēdaris nulli maiori peccato uehementer obnoxius. porrò quemadmodū omnia prorsus excidere atque euellere inuito difficile

C est, ita uolenti, quæ maiora sunt, facile. si tuæ ergo semper fores, ut dixi, patebūt, licebit sanè familiaribus omni tēpore ingredi. utque alij omnes siquando in publicū processere, omnia conant facere ut decet, sic tu domi tuæ omnia facies. atque illi quidē cū reliquos omnes uereantur, ne se in aliquo peccantes deprehēdant, unos seipsos nō uerentur: tu uero teipsum in primis uerere, atque illi ausculta qui dixit: Omnium autē maxime tui ipsius te pudeat. quod quidem si feceris, poteris quādoque expertē illam rationis uim qua excandescimus, quasi feram quandā mitigare ac mansuefacere. alioqui absurdū admodum sit, uiros equitandi peritos, ubi equos indomitos acceperint, breui eos ad parendū idoneos reddere: te aūt qui non aliquod

D extrinsecus animal acceperis, sed rationis illā expertē uim, quæ in tuo ipsius animo est, & cū qua semper meditans ratio simul habitat, nō posse itidem mitiorem reddere, & quamuis non ita continuò, at longiori saltem spatio. latius aūt de ijsdem rebus disseritur in ijs cōmentarijs, in quibus mores tractantur, quo pacto uidelicet eam uim quis optimam sibi & cōmodissimam reddat: itē quemadmodū uires ac robur illius non oportet prosternere, sicut ne equorū quidē, aut canum, quibus utimur, sed illud ipsum potius robur exercere sicut & in illis, ad obedientiam. tibi uero in ijsdem commentarijs maxime ostēsum est, quo pacto rursus ea ipsa irascendi excandescendique ui opitulatrice utaris aduersus alterā, quam cupiditatis ac libidinis nomine philosophi ueteres appellarunt, quæ temere

temere & seorsum à ratione fertur ad corporis uoluptates. ut igitur turpe est, hominē iracundia percitum, intemperanter aliquid agere, sic item ob amorem, uentrem, uini appetentiam, edacitatem: quæ omnia cōcupiscendi illa uis, de qua dictū est, & facit simul & patitur. ob quæ homo non iam equo aut cani similis sit, ueluti ob illa priora, sed uel petulanti apro, uel hirco, uel cuipiam agresti belluæ, quæ mansuefieri non possit. quo circa huius quidem nulla talis inuenitur correctio, qualis alterius, ea, quam obedientiam diximus. sed quod ueteres castigare dicebant, huic ipsi quadam proportione respondet. fit autem hęc ipsa libidinis castigatio, dum rebus potiri ac frui prohibetur quarum appetens est. nam si potiatur, crescit, maiorq́ ac uehementior fit. sin castigetur, tenuis fit atq; imbecilla, ut hoc pacto imbecillitate coacta sequat̄ rationem, non autem quòd obsequens siue obediens facta sit, sanè quemadmodū in ipsis quoq; hominibus uidemus contingere. nam in ijs plerunq; ij qui deteriores sunt, sequuntur eos qui sunt præstatiores uel inuiti et coacti, ut pueri ac mancipia, uel uolentes & persuasi, ut ij qui suapte natura boni sunt. etenim si quis erat apud antiquos, quē obiurgationes ac uerba castigare non possent, de eo ita loqui consueuerāt: ꝙ incastigatus nescio quis iste homo est: in quo uidelicet libidinem ratio nō castigauerat, hoc est, non sibi obtēperantē reddiderat. duplex enim in nobis est animi uis rationis expers: una cuius & cito excandescere & irasci ijs qui aduersum nos peccare uisi sunt, officium est: cuius ipsius etiam est, in longius ampliusq́ implacabilem se prestare: quod quidem tanto est amplius excandescētis animi uitium, quanto magis diuturnum: altera est, quæ ad id quod ipsi iucundum suaueq́ uisum sit, præceps fertur antequam utilene sit atq; honestum, an noxiū & turpe cognouerit. hanc igitur quæ uehementissima est, cohibere prius oportet, ꝙ ubi incremētū acceperit, uiribus inuictā inexpugnabileq́ se præbeat. tunc eñ etiam si uolueris, eam ultra cōpescere nō poteris. Ac tum demum id dices, quod olim quendam amantem audiui dicere: uelle te quidem desinere, sed non posse: frustraq́ nos aduocabis, (quemadmodum & ille quondam) ut tibi supplicāti opem feram, uitiumq́ eiusmodi excindam. nam corporis etiā nōnulla uitia propter magnitudinem insanabilia sunt: quod ipsum fortasse tu ne cogitasti quidem unq; antehac. multo autem satius fuerit, te nunc saltem id cogitare, atq; inspicere, utrū ego ueridicus sim, cū dico, uim animæ illam, cuius est munus, temere concupiscere, si quid placeat, plerunq; in amorem euadere insanabilem, nō corporum modo quæ formosa sint, siue rerū quæ ad uenerem pertineant, sed etiā edacitatis, explendiq́ uentris, ac uinolentiæ, iteq́ obscœnitatū quæ præter naturā patrant̄: an & hæc & alia multa ex his quæ hactenus à me dicta sunt, mentiar.

VII Etē quæ adhuc de ira atq; excandescētia dixi, eadem puta & de alijs affectibus me dixisse. primum quidem alij cuipiam permittendum esse

A ut de ijs cognoscat & iudicet, non aūt nobis ipsis. deinde non quoslibet eidem rei esse præficiēdos, sed seniores quospiam, quos uniuersi planè egregios ac frugi esse fateant̄. qui etiā propterea ꝙ ab affectibus liberi sint, & interpretandi iuris & iudicandi munus ante nos ipsos diutius, illis uidelicet temporibus quibus ipsi nōdum eramus, obtinuerint. deinde non oportere nos aduersus eiusmodi homines, quoties aliquod nostrum peccatū protulerint, indignationis quidq́ præ nobis ferre, sed cōtra, agere potius gratias. postremo singulis diebus ea quæ superius dicta sunt, tibi ipsi reuocare in memoriam: atq; hoc quidem præstabit te sæpius facere: quod si non possis tam sæpe, at saltē matutinis horis semper anteq́ quidquam eorū quæ

B acturus sis, aggrediaris, & uespertinis anteq́ cubitum eas. Ego sanè olim monita hæc, quæ quasi Pythagora autore circunferebant̄, consueui primum quidē legere bis singulis diebus, post uero etiā ore enunciare. neq; eñ satis est ab una ira duntaxat liberū se præstare, nisi etiā sine omni edacitate & nequitia & uinolentia & curiositate & inuidia purū te conseruaueris. alius igit̄ erat qui nostri periculum faceret ac percontaret̄, nuncubi, ut canes solent, uisi essemus immoderatissime impleri cibis, uel more eorum qui perpetuum febris ardorem patiuntur, frigidam potionem insatiabili auiditate exhaurire amplius quàm uiros & graues & cultu ac reuerentia dignos deceat. nam neq; propter famē decet uehemēter insatiabiliterq́ impleri,

C neq; propter sitim aceruatim exhaurire totū calicē, multoq́ minus ob edacitatē in conspectu omnium auidius uel placentā uel aliud quidpiā ex delicatioribus obsonijs deuorare: sed in omnibus ijs item alij sunt aduocādi qui opem ferant, & quidquid peccamus obseruēt atq; indicent. deinde uero etiā sine pędagogis ipsi nos seruemus demusq́ operā, ut omnibus una cœnātibus obsonij minus adsumamus, & à cibis gulam nimium irritantibus abstineamus, moderate interim uescentes ijs quæ salubria sunt. progressu uero tēporis ne respicere quidem te ad conuiuantes uelim. Magni enim nihil est, si illis moderatior in cibo & potu sumendo sis uisus. quòd si te ipsum hoc honore afficere decreuisti, prospice & cura ut aliquanto continenti-

D us hodie uiuas quàm heri. hoc enim si feceris, senties te in dies ab ijs quæ dixi, facilius abstinere, senties etiam magnas animi tui lætitias, siquando re uera amator modestiæ temperantiæq́ extiteris. sic enim gaudet quicunque in ea re proficit cuius est amator. ex quo fit ut eos qui cōpotationibus delectantur, tum ingenti uoluptate affici uideamus, cum suos bibendo superant compotores: & eos qui uentri student multitudine ferculorum gaudere: quicunq; autem edaces sunt ac palatum explere cupiunt, hos placentis, & laganis, & patinis opipare præparatis, alijsq́ item condimentis suauioribus lætari. noui etiam qui rei uenereæ copia exultarent, superbiúsque se extollerent. ut ergo illi & exercent & sectantur id quod in ijs rebus summum est quibus student, sic nos item id

ſtudere oportet quod in modeſtia ſit ſummũ. porrò autem ſi hoc faciemus, non incaſtigatos quoſpiam ac diſſolutos nobis cõferemus: nec ſatis eſſe putabimus ſi plus ꝙ illi & continentiæ & modeſtiæ adepti ſimus: ſed primum quidem eos qui iiſdem rebus ſtudeãt ſuperare conabimur, (pulcherrima enim hęc eſt cõcertatio atq; æmulatio,) poſt uero etiam nos ipſos: ut uidelicet ex diuturna cõſuetudine ad hæc ipſa quæ & ſaluberrima ſunt, & adiectu facillima cum uoluptate feramur, memores ſemper pulcherrimorũ dictorum quorum uel hoc eſt in primis unũ: Delige optimũ uitæ genus: id iucundũ efficiet conſuetudo. queãdmodum ergo cum te aduerſus iracundiam exerceri iubebã, tũ argumento uti poteras te profeciſſe, quòd non amplius te excandeſcẽtem cerneres: ita in iis quæ ad modeſtiam pertinẽt, hoc indicio intellige quãtum profeceris, quòd ne cupiditate quidem amplius rerum ſuauiſſimarum tangaris. ad modeſtiam autem una eſt uia per continentiam. hoc enim modeſtus ſuperat continentem, quòd ille ne cupit quidem amplius titillantes palatum cibos, ſiue ob longam conſuetudinem, ſiue ob continentiam: uelut ipſum quoq; rei nomen indicat. quod deductum eſſe uidetur à continẽdis in ſe ipſo nec permittẽdis longius abire cupiditatibus. laborioſa aũt ab initio uia hæc eſt atq; aſpera, quemadmodum cæteræ item omnes honeſtorum ſtudiorum exercitationes. itaq; ſiue pro malitia uirtutem uis habere, ſiue pro titillationibus corporis animi tranquillitatem, hac ratione teipſum exercere oportebit, ut per continentiam ad modeſtiam contendas. ſin autem uel uirtutem deſpicere, uel titillari uis toto corpore, hæc oratio tibi erit deſerenda: quæ quamuis ad uirtutem non hortetur, eſt tamen dux itineris iis qui aliqua exhortatione commoti, ire ad illam cœperint, quo uidelicet itinere quis conſequi illam poſſit. cum autem oratio hæc noſtra ſit duplex, una qua ſe ipſum quiſq; poſſit cognoſcere, altera qua peccata quæ cognouerimus corrigamus, nobis ut de hac poſteriore diceremus, minime ab initio propoſitũ eſt, ſed de priore, qua poſſimus noſtra peccata cognoſcere. quoniam uero, incipientes, illam ipſi dignoſcere non poſſunt, incipientibus quidem alios adhibemus inſpectores, eos uidelicet ipſos qui hanc rationẽ exerceãt, ut qui iam poſſint cognoſcere à quibus & uitiis & affectibus liberati ſint, & quàm procul adhuc ab extremo illo ac fine quem petũt, abſint. Cæterum quod ſemper dicere cõſueui, etiam hic dicam: cognitionem uidelicet ſui ipſius uno quidem modo eſſe omnium rerum difficillimam, altero autem facillimam. nam ſiquis intus uelit cognoſcere, difficillimum id ſanè eſt, at ſi foris, non item. Ego itaq; omnia hæc, & quæcũq; hactenus dicta ſunt, & quæcunq; poſthac dicenda, uolentibus non grauatim impertio.

VIII Et cum alia quædã fortaſſe ſit uia, qua quis inſiſtẽs & honeſtus & probus euadere queat, ego tamẽ ubi nam illa ſit ignorans, hac ipſa ex quo & uiuo & ſapio ſum uſus, eandemq; aliis abunde in-

A dicare non deſtiti, hortariq; ut cõtra ipſi quoq; aliquid afferrent ac reponerent, uiciſſimq; ſiquam aliam honeſtatis probitatiſq; uiam noſſent, docerẽt: nos autem dum aliam illam deſideramus per hanc ipſam incedamus, quę cõmunis cunctis affectibus eſt, & ad cognoſcẽdum & ad medendum. etenim & contentionis, & gloriæ, & principatus appetitio, animi planè affectus ſunt. Sed & timor illis quidẽ minor, attamen ipſe quoq; affectus eſt. de inuidia autem quid attinet dicere, cũ omnium uitiorum ſit fœdiſſimum? Dico autem inuidiam cum quis ex alienis bonis triſtitia afficitur. & eſt omnis quidem triſtitia affectus, peſſima autem omnium, inuidia, ſiue ea ſit inter affectus numeranda, ſiue triſtitiæ ſpecies ſuo generi proxima. com-

B mune autem omniũ remedium fuerit id quod dictum eſt. quod enim & mala ſint & fugienda perſpicere operæpretium eſt in iis hominibus qui uehementer ab illis detinentur. in talibus enim turpitudo ipſa admodũ perſpicua eſt. cur autẽ ipſi in nobis ipſis nihil tale prorſus cernamus, cauſam putare oportet eã cęcitatẽ qua afficimur, uel ad id quod nos amat, uel ad id quod ipſi amamus: non nulla etiam eſſe quæ nos fugiant propterea ꝙ exigua ſint, & à nobis negligant̃, quę tamen propter magnitudinem in aliis negligi non poſſint. inuenire ergo oportebit ſenẽ quempiam, qui illa poſſit inſpicere, rogareq; hunc ut omnia nobis ſumma cũ libertate indicet. deinde ubi ille nobis aliquid dixerit, tũ continuo illi magnas agere grati-

C as. ubi uero ab illo abierimus, tum diſpicere & cõſiderare diligenter quid ſit, noſq; ipſos tum cũ ſoli ſumus, increpare, conariq; affectũ euellere, non uſq; adeo ſolum ut ab aliis dũtaxat uideamur, ſed ut ne radicem quidẽ illius ullam in noſtro animo prorſus relinquamus. nam ex iis quæ ſic relinquũtur, ſolet aliquid rurſus pullulare, dũ id ipſum ab ipſa nequitia & prauitate irrigatur. idcirco in nobis ipſis omnes ſingillatim affectus diligenter attendere ſcrutariq; oportet, quouſq; in amicis neceſſariiſq; noſtris cernimus, nũ aliquid tale in noſtro item animo deprehendi queat. excidendum quippe eſt, dum adhuc pullulat, nec expectandũ, dum creſcat, & fiat inſanabile.

IX Cæteros quidem omnes animi affectus ple-

D riq; deſpiciunt, tametſi cum alios uidẽt ab iiſdem teneri contemnunt: triſtitia uero ac mœror omnibus planè eſſe malũ uidet̃, uel uti dolor in corpore. cæterũ olim quidam ex iis adoleſcentibus qui mihi familiariſſimi erant, cum ſe in paruis cõmoueri negaſſet, poſtq; tamẽ id ſibi accidere animaduertiſſet, ſummo mane ad me uenit, dicens, ſe ſuper ea re totam illam noctem inſomnẽ duxiſſe, interimq; ſibi ueniſſe in mentem, ſe antea ne in maximis quidem rebus unꝗ æque turbatũ fuiſſe ac tum in paruis eſſet. itaq; uoluiſſe diſcere, quo id ſibi pacto eueniſſet, utrum ne ab aliquarũ diſciplinarum uſu, an uero ab ipſa natura talis extitiſſet. cui ego id reſpondi quod uerum eſt ſcilicet: naturam quidem ipſam in puerili ætate ad uitam perficiendam in cunctis plurimũ poſſe, ſecũdo autem

loco studia exercitationesq́ disciplinarum. nã ꝙ naturæ nostræ siue ingenia plurimũ inter se differant, ex passim lusitantibus pueris facile intueri licet. nam eorum alios semper hilares, alios semper tristes inspicimus: & alios quidem omnibus de rebus ad ridendũ promptissimos, alios uero ex qualibet uel leuissima occasione plorantes. sunt item quibus æqua omnia & communia placeant, sunt quos cõtra, rapere ac prædari delectet. alij etiã minimis quibusq; de causis uehemẽtissime excandescunt, ut & mordeant, & calcibus feriant tum lapides, tum ligna, sicq; proximos se ulcisci putent, siquando ab illis iniuriã accepisse arbitrentur. alij ad ignoscendum faciles ac mites, neq; irascentes neq; plorãtes nisi post magnam aliquã acceptam iniuriam. hac de causa Eupolis Aristidem illũ qui dictus est iustus, Nicię interroganti, quonam modo iustus euasisset, probe grauiterq; respõdentem inducit, naturæ quidem primũ maximumq; munus fuisse, deinde uero se quoq; prompto animo naturã suam adiuuisse. non solum igitur ad mœrorẽ atq; tristitiã qualibet de causa propensæ sunt adolescentium naturæ, sed etiã ad excandescentiam atq; ad suauissimorũ ciborum appetentiã. de quo quidẽ uitij genere, quod ad illos pertineat, ad hũc usq; locũ, maxime sum locutus. Cæterum, præter illa quæ iã dicta sunt, licet aliquos puerorũ impudentes intueri, aliquos aũt uerecundos: item alios memori natura præditos, alios immemores, alios præterea obliuiosos. nec nõ alij sunt qui prompte ac libenter discendi causa laborẽ ferant: alij negligentes atq; ignaui. porrò ex illis ipsis qui labores facile tolerant, alij sunt qui cito efferantur lætitia siquando laudentur: alij qui afficiantur pudore simulatq; à pręceptore contemni se uideant: alij uero qui terreantur uerberibus. idem autem, sed cõtraria ratione, de ignauis intellige. itaque ex ijs quæ pueris uident accidere homines uniuersi, alios ex illis solent appellare pudentes, alios impudentes: & eadem ratione alios ambitiosos & probos, alios improbos & honoris negligentes, alios timidos & uerberum contemptores: aliasq; item illis appellationes, quæ naturis ipsorum conueniant, imponunt. sic etiam ex ijsdem pueris alios intuemur natura mendaces, alios ueritatis amatores: multisq; præterea morum differentijs inter se distinctos: de quibus nunc dicẽdi locus non est, quod huic duntaxat instituto nostro conueniat. nam eorum alij quidem bonam facillime disciplinam recipiunt, in alijs ea nullius momenti esse solet. neq; tamen ob hanc causam negligendi sunt pueri, sed in optimis moribus nutriendi. nam si natura illorũ curationis ac diligentiæ bonitatẽ recipiet, in uiros bonos opera nostra euaserint: sin aũt cõtra, nostrę sedulitatis utilitatẽ nullam perceperint, q̃d tamen ad nos attinet, culpa in hoc nostra nulla fuerit. nam puerorũ educatio similis quodã modo est curæ ac sedulitati qua in plantis arboribusq; alendis utimur. siquidẽ quãuis bonus arborum ac plantarũ sator & cultor, nunq; tamen efficiet, ut rubus uuã ferat. neq; enim natura illius ta-

A lẽ à principio suo perfectionẽ capere potest. rursus uites, quę, quod ad ipsas attinet, fructũ ferre paratæ sunt, si neglexeris, soliq; naturæ curandas reliqueris, aut multo deteriorẽ, aut planè nullum edere fructum animaduertes. idem in animalibus usu solet uenire. equũ quippe si erudieris, ad multas res utilem habebis. ursum uero quamuis olim mansuefeceris, non tamẽ perpetuo habitu talem possidebis. uipera autem & scorpius, ne eò quidẽ usq; progredientur, ut mansuescere uideãtur. ego igitur cuiusmodi sim natura non facile dixerim. nam se ipsum cognoscere uel ætatis maturæ uiris difficile est, nedum pueris.

X Mihi uero quadam ingenti felicitate contigit, ut patrem ab omni iracundia alienum, iustissi-
B mum, frugalissimum, humanissimum haberem: at matrem usq; adeo iracundam, ut etiam morderet interdum ancillas, semper aũt & uociferaretur & contenderet cum patre, & longe quidem odiosius q̃ Xanthippe illa cum Socrate. mihi itaq; intuenti bonitatẽ honestatẽq; paternorũ officiorũ, quæ uitiositatem maternorũ affectuũ in proximo collocatã quasi è regione respiceret, uenit in mentem, cum illam amplecti & amare, tum uero hanc alteram fugere odioq; prosequi. ut aũt in his ipsis maximã cernebam parentũ meorum dissimilitudinem, sic item in hoc agnoscebam, patrẽ meum quidẽ ex nullo damno dolorẽ concipere, matrem uero etiã ob res minimas oppido quàm mœstã euadere. porrò nosti tu quoq; pueros, quę uehemẽ-
C ter attẽderint, ea imitari solitos: quæ aũt iniucunde & cum molestia inspexerint, ab his longe fugere cõsueuisse. disciplina igitur quæ mihi sub patre contigit, huiusmodi fuit ferè. ubi uero ætatis meæ annum quartum decimũ compleui, tum philosophos audire cœpi ciues nostros. è quibus Philopatoris Stoici discipulum quendã satis diu. Caium aũt qui disciplinam Platonicam cõplexus fuerat, cum is ocio à suis ciuibus priuaretur, à quibus ad negocia ciuitatis trahebatur, per exiguum quoddam tempus. unus enim is putabatur in ciuitate & iustus, & qui nullis pecunijs uinceret: preterea omnibus & aditu facilis & mansuetus. eodẽ uero tempore alius quidã è ciuibus nostris post lõgam peregrinationem domũ redijt, Aspasii peripateti-
D ci discipulus: & post hũc alius ab Athenis Epicureus. quorũ omnium mea causa & uitam & disciplinas explorabat pater, unà mecũ ad illos assidue uentitans. porrò autem quòd is plurimũ se ipsum exercuerat in Geometria, & Arithmetica, & Architectura, & Astronomia, uolebatq; doctorem similiter linearibus illis uti demonstrationibus, & per eas quicquid doceret ostẽdere, idcirco inquit oportet in tuis istis honestatis sapiẽtięq; preceptis ne minimã quidem discrepantiã inueniri, qua ipsa à seipsis discordet, quẽadmodũ ueteres quoq; omnes in hisce artibus seruauere, quarũ Geometria Arithmeticaq; principem obtinent locum. ut igitur nõ procacem aut præcipitẽ esse oportet ut te ipsum ab aliqua secta denomines, sed longissimi temporis spatio & discere illas & de illis ferre

iudicium, sic omnes homines comprobant, confi- A tenturque etiam philosophi, magno studio quæren da esse hæc: quare nunc iam tibi ea sunt petenda æmulatione quadam, & discenda, & digna quæ à te augeantur existimanda, ut & iustitiam, & modestiam, & animi magnitudinem, & prudentiam ex illis consequare. laudant enim has uirtutes cu- cti, tametsi sibi ipsis conscij sunt, nullam se earum habere: dant etiam operam pro uiribus ut alijs ui deantur & fortes, & modesti, & iusti, & pruden- tes. unum illud est quod & si alijs non uideantur, tamen reuera esse ipsi magno studio contendũt, ut mœroris uidelicet omnis ac tristitiæ expertes sint. quare huic à te rei in primis studendũ est, cui omnes utique homines student, præque omnibus a- lijs uirtutibus unum hoc quærendum.

B XI Hæc igitur inquam ego quæ à patre docu- menta accepi, in hunc usque diem seruaui, neque me ipsum ab ulla secta denominare adhuc uolui. quę sanè cum omni studio omnique diligentia explora ta habeam, imperterritus atque immotus ad ea om nia quæ quotidie in uita accidunt, maneo, quẽad- modum patrem quoque manere tum intuebar. ita neque iactura neque interitus rei cuiuspiã, perturba- tione me ulla afficiet. nisi forte id eueniat, ut om- nia quæcunque possideo, amittam. hoc enim non- dum expertus sum. assuefecit porrò me pater etiã gloriam atque honorem contemnere, ut unam nu- damque ueritatem haberem in pretio maximique fa- cerem. uideo autẽ quosdam, cum se ab aliquo sper ni arbitrantur, aut cũ pecunias aliquas amiserunt, C magno solere confici dolore. quã sanè de causa, in quam, nullo tu me unquã mœrore affectum uidi- sti. porrò nondum mihi talis pecuniarum amissio euenit, ut ex eo quod relictum foret, corporis bo nam ualetudinem curare non possem, neque igno- minia aut contemptio, ut quispiam uiderit me de loco qui mihi in meo senatu attributus est, detur- batum. sin uero alios qui uituperent, alios rursus qui laudent, mihi contingit ut audiam, his obijce- re soleo, me putare ita unumquenque cupere, om- nes homines habere qui laudẽt, ut etiam uelle o- mnia quæcũque sunt, possidere. itaque uideor, inquã, mihi ipsi, forteque tibi item uidebor, nihil ad hunc usque diem esse perpessus quod magni æstimandũ sit, atque ad hoc extremũ sine omni mœrore ac tri- D stitia peruenisse. nam nec omnibus unquam spoliatus sum fortunis, nec ulla ignominia sum notatus. quod si aut bos, aut equus, aut mancipium interijt, non tanti sunt hæc ut ad me perturbandũ idonea sint, utpote cum egregie sim memor eorum quæ me pater monere solitus erat: qui uidelicet suadebat, ne ob ullam pecuniæ amissionem mœrore affice rer, quandiu quæ reliqua essent ad corpus curan- dum suppeterent. hunc eñi primum finẽ illis quæ possiderentur, statuebat, non esurire, non algere, non sitim pati. quod si cui plura quàm horum usus po stulat, fuerint, ijs sanè utaẽ ad eas res agẽdas quæ honestæ sint. mihi igitur adhuc tantus pecuniarũ fuit usus, ut eæ etiam ad eiusmodi actiones suppe tant. Porrò haud me latet, inquam, te fortunarum plus duplo quàm me possidere, & in nostra ciuitate nõ mediocri honore præditum, usque adeo ut quæ nam mœroris tibi causa futura sit, nullam uideam præter cupiditatem inexplebilem. ad hoc igitur unum exercitationis genus spectabam, id ipsum in memoria habens, semperque meditãs & conside rans, donec ita mihi persuasum est, quemadmo- dum ex duplicato binario confici quaternarium.

XII Etenim consideremus, inquam, per ocium cuiusmodi uitium sit insatiabilitas. huiusce autem cõsiderationis initium præbeat ea quæ in cibis su mendis uersatur. ipsum ergo hoc quod est ultra quàm satis sit progredi uescendo, insatiabilitatẽ appella ri aiunt. id autẽ quod sit satis, ipsa cibi indigentia metiuntur. cibo autem nulla alia de causa indige- mus nisi ut alamus corpus. nutriet uero corpus si bene cõcoctus fuerit. bene autem concoquetur si modicus. nam eum qui nimius sit crudum mane- re haud ignoramus. quod ipsum si uel semel eue- niat, usum eius corrumpi necesse est. nam si cibo- rum crudorũ morsu aluus cita uniuersum excre- uerit, profusio uocari id genus uitij solet. ex quo sanè ipsius cibi usus corrumpitur. nõ enim ad hoc illũ sumimus, ut per intestina deferatur, sed ut ad omnes corporis partes applicetur. sin autem eius distributio fiat, nec tamen sit bene concoctus, ma lum intra uenas humorem creare solet. quando i- gitur in corpore nostro didicisti, cuiusmodi res sit insatiabilitas, iam hoc relicto, ad animum ipsum te confer, ibique illius naturã inspice diligenter, at- que in uno quoque rerum genere contẽplare, sum- pto ab ijs quę possidentur, initio. in his igitur mul ta sunt quæ non recte tanto cum studio appetun- tur, cuiusmodi sunt Vniones, & Sardonyches, i- temque lapides alij omnes: cuiusmodi item est orna tus, quem fœminę ut magnum quiddam gestant, in ijs ancillis quæ ab ipsis dum incedunt, pendẽt. huius generis sunt uestimenta aut ex auro conte- xta, aut superuacuum aliquod opus habentia, aut quæ ut confici posint, materia indigent ex lõgin quis regionibus importata, qualia sunt quæ Seri- ca uocantur. porrò alia sunt ex ijs quæ possident, quæ ad seruandam bonam corporis ualetudinem maxime conducunt. & hæc quidem satis decen- ter appetere parareque possumus. horũ prima sunt ea quib. & alimur, & uestimur, & calceamur. qui- bus adde illud in quo habitamus. in eodem gene- re habentur, quæ ægrotantibus utilia sunt. uerum nonnulla etiam utrisque conducunt, & bene uideli cet ualentibus, & ægrotantibus, cuiusmodi est o- leum. horumque alia sunt eiusmodi ut maiorem, a- lia ut minorem corporibus hominum afferant u- tilitatem. itaque iam nũc & multitudinis & posses- sionis eorum finem seu modũ te planissime inspe xisse arbitror. nã quẽadmodũ unius cubiti calcea mentum, quatenus ad ipsum finem spectat, inuti le est, ita & plura duobus habere calceamenta, ut quinque aut decem, alienum ab usu. alia enim illa omnino supersunt: usu autẽ duorum contenti es- se debemus. sic duplicem quoque uestem habere sit satis: & mancipia: & supellectilem. apud nos au- tem

tem,inquit ille,non solum uestis est amplior q̃ duplex,sed & famuli,& uasa:& omnia omnino,quæ possidemus,ampliora duplicibus.prouentũ enim ex rebus nostris multo maiorẽ capimus q̃ ut uni corporis ualetudini inseruiat.at em̃ ex istis inquit, qui uoluptariũ uitę genus q̃d sequerent̃ elegerũt, nõnullos uideo nõ duplo modo aut triplo q̃ nos amplius impendẽtes, sed & quinq; & decẽ & triginta partibus ampliorẽ sumptũ facientes. est porrò alius quidã,quẽ tali uictu utentẽ intueor, quali ego utor,rursusq; mœrentẽ ac dolentẽ,ut ego: cui tamen singulis annis similiter res familiaris augetur.nam decima fortasse prouentuũ pars impenditur:reliquæ uero partes nouẽ substãtiæ ipsi adijciuntur:attamẽ uideo inquã ego te ne in res quidẽ egregias insumere quidq; audere,nõ in coemptionem cõparationẽq; librorũ,nõ in eos qui scribant exercendos, siue notis & signis id faciãt, ut citius, siue exquisitis figuris, ut pulchrius, sicut ne in eos quidẽ qui emendate recteq; legant. ac ne imperti entem quidẽ alijs quidq̃ te uideo, uti tu me uidere potes:nunc seruis in uestimenta, nunc alijs quibusdam ad alimoniã aut ad ualetudinis curationẽ. sunt etiam qui me uiderint quorundã ęs alienum dissoluere. ego igitur quencunq; mihi pater prouẽtum reliquit,eum omnẽ relinquo:qui ex eo neque quidq̃ quod superuacuum uisum sit, reposui, neq; thesaurũ ullum cõgessi,neq; multis partibus amplius q̃ impenderim quidq̃ recondidi: tamen remittentẽ me ac relaxantẽ curas sæpius haud negaueris, sicut ipse fateris nunquam me tibi uisum mœrore ullo affectum.

XIII Nunquid igitur potes tristitiæ tuæ causam inspicere, an & illius nomen audire à me cupis? iam ne istud quoq; tibi fieri uis? scito igitur omnis tristitiæ ac mœroris unam esse causam eam quam modo insatiabilitatẽ nostri, modo auiditatẽ inexplebilem uocant, ex eo quòd cupiditates habeãt homines, quæ neq; satiari neque expleri possint. semper enim concupiscunt ampliora, qui inexplebiles sunt. proinde si duplum quidpiam habent, triplum illico student acquirere: sin triplum habeant, quadruplum appetere incipiunt. atq; hoc pacto nunquam ad eos spectant, qui pauciora possident, semper autem ad eos qui plura, & hos ipsos superare conantur, hisq; ipsis plura habere cupiunt. tu igitur inquam, si hoc modo ciues omnes nostros consideraueris, non multos te ipso ditiores inuenies. quare facile cæteris qui supersunt omnibus eris opulẽtior. enimuero quòd seruis ipsis haud dubium est: porrò his adde tam multas mulieres. si igitur hi ciues nobis sint numero quadraginta milia, atq; ita tu additis illorum mulieribus & seruis, summam feceris, inuenies teipsum, haud inficiantẽ, centum & uiginti milibus hominum ditiorem, attamẽ hos quoq; omnino omnes uolentem superare, studentemq; in ipsis diuitijs fieri omni ratione ditissimum. atqui multo satius est, ciuem in eo cæteris antecellere, quòd ijs quæ nũc habeat sit cõtentus: quæ quidem res in te est. diuitijs uero prȩstare non uirtutis, sed fortunæ est

A munus: quæ & seruos & libertos facit plerũq; nobis qui generosi & nobiles appellamur, ditiores. at uero tu etiam si quantum optas assequare, hoc est, ut plus uniuersis ciuibus possideas, nõ tamen satis sis habiturus. sed illico circumspicies nũ quis in alia ciuitate sit ditior. quòd si etiam in hoc fortunam tibi propitiã obsequẽtemq; habueris, tum tu ad alias progredieris nationes, & ijs quos apud illas opulentos offenderis, fieri studebis opulentior. quare nunquam tu sanè omnibus ditior, sed propter immensas cupiditates semper futurus es pauper. q; si ipso usu rerum metieris id, quod mensuræ moduloq; tuo respõdeat, iam teipsum unum ex diuitibus numeraueris, aut saltem ex eis, qui eo quod opus est, abundent. ego igit̃ in numero horum meipsum colloco, licet q̃ tu pauciora possi-

B deam. quo circa si tibi ipsi ad hũc modũ persuaseris, nulla te unquã tristitia afficiet, si quid ex tuis rebus perierit: erisq;, quatenus ad rationem pecuniariam spectat, beatus, utpote cũ ob pecunias tristior futurus nõ sis. quòd si etiam illam quæ ad honores appetendos pertinet, insatiabilitatem eieceris, hac quoq; in parte iucunde ac sine molestia uitam deges. sin autem tibi non satis fuerit honorari ab ijs qui tua consuetudine utantur, sed uelis ab omnibus omnino qui sunt in ciuitate, laudari etiã ab ijs scilicet à quibus ignoraris prorsus, fortasse primum quidẽ ab ijs ipsis cognosci uoles, tum autem ubi cognitus fueris, honorari. at hoc quidem uelle cognosci ab omnibus, ab immensa quadam

C gloriæ cupiditate proficiscitur: illud autem quod est uelle honorari, ab inani planè stultaq; ambitione. quocirca tibi necesse erit, ut nunc ob pecuniarum acquisitionem uigilijs uexaris, ita si ad glorię honorisq; studium animũ intenderis, ob illos qui cũ plures sint, te neq; cognoscẽt, neq; honorabũt, maiore q̃ nunc tristitia afficiaris. si igit̃ hæc cõperta habebimus, & in his nos ipsos assidue exercebimus, sine om̃i molestia uiuemus. at quo pacto exercebimus? nempe si cognitũ habuerimus, utrum recte sit dictũ, insatiabilitatem uitium esse animi pessimum. fundamentum enim quoddam hoc est omnium cupiditatũ, pecuniæ, gloriæ, honorum, principatus, contentionis. primum igitur semper in promptu habere oportet præceptum illud atq;

D institutum, quo iubemur eo quod adest, contenti esse, annexum ei uidelicet atq; adhęrens, quod de insatiabilitate dictum est. quicunque enim odio prosequetur animũ insatiabilem, is eum protinus diliget atq; amplexabitur, qui sit paruo contentus. si igitur in hoc solo situm est omni mœrore ac tristitia carere, iamq; hoc ipsum uniuersum penes nos ipsos habetur, illud consequens fuerit, ut penes nos sit uiuere sine mœrore, si modo in prõptu habeamus, quod de animo tum insatiabili tum frugi præceptum est, ac per hoc ipsum præceptum singulis diebus in singulis huiusce operis partibus nos ipsos exerceamus: quod quidem cum cæteris ex puerili disciplina cõtingat, alijs illis, quibus in hoc fortuna nõ fauerit, serò tandem ea ratione quam exposui continget. quis enim

est

est qui nolit omnem ætatem ducere sine tristitia? aut quis non hoc omnibus diuitijs præposuerit, quæ & facile auferri possunt, & sceleribus nōnunquam redundant?

XIIII Ego igitur & hæc & alia multa tū illi tum alijs postea recensui, & omnibus illico etiam persuasi, utilitatem tamen eam, quę ex posterioribus capitur, sero capiētes paucissimos quosdam uidi. plerique enim usq; adeo animi sui affectus auxerunt, ut iam inde insanabiles existant. at siquis modicis adhuc perturbationib. inseruit, potestq; aliquid eorum quæ prius dicta sunt, intelligere, ubi sibi inspectorem quendam ac pædagogum apposuerit, qui se, ut antea dixi, in singulis rebus aliâs moneat, aliâs obiurget, aliâs etiā adhortetur & cōpellat ad ea quę præclariora sunt capessenda, ac se ipsum eorum quæ & dicit & monet, præbeat exemplum, is sanè poterit & liberum & egregium sibi animum ratione cōparare. etenim turpe est libertatem eam quę humanis legibus accepta refertur, maximi facere: eam autem, quæ & uere & natura ipsa est libertas, nō omni studio petere, sed inhonestis atq; impuris ac tyrannicis dominis seruire, lucris uidelicet, ac minutissimis & sordidissimis quibusq; pecuniarijs rationibus et cupiditatibus, tum principatus, tum gloriæ, tū honoris. quorum sanè omniū matrem ego haud dubitarim dicere, insatiabilitatem habēdi. quis igitur talem in animo pestem habens possit unquam aut honestus aut probus euadere? aut cur non mille mortibus sit dignus, qui nō toto animo oderit talem turpitudinem? porrò autem hāc ipsam multo magis & odisse & fugere debent adolescentes qui se saluos esse uelint: qui si forte initio assueuerint pecuniam insatiabiliter cupere, fieri iam ultra nō poterit, ut cum ad annum quadragesimū peruenerint, seipsos recuperent: sed pone, si magis placet, quinquagesimum: ne quis nos ut inhumanos redarguat, sicuti quēdam audiui dicere: homines quidem non paucos uinci solere gula, uenere, gloria, honore: se uero, qui diues esset, una re tantum, quòd nullius sui uoti cōpos fieret. nam is cum satis diu me singulis diebus lætum hilaremq; uidisset, ipse interim male animo affectus, rogauit, ut docerem quid sibi esset faciendum, ne tangeretur tristitia. cui cum ego respondissem, longiore annorū spatio esse opus ad eorum uitiorum correctionem, quæ ipse in animo suo ac hunc usq; diem aluisset, uociferans, nihil te, inquit, unquam uidi inhumanius: quasi ego uidelicet, qui possem, si modo eniti uellem, ipsum quàm citissime ab omni tristitia liberare, hoc sic illi beneficiū inuiderem. cum tamen hanc solum ex omnibus disciplinis nemo ijs ad quos ipsa pertinet, inuidere possit. nobis quippe expedit, omnes homines quibus cum cōsuescimus, omni animi perturbatiōe uacare, neq;

A aut gloriæ, aut siqua alia res est gloriæ similis, eius cupiditate animum gerere deformatum. quanto enim hi meliores fuerint, tanto nobis amici utiliores existent.

XV Rursus igitur ad eum reuersus qui se in uerum studeat uirum euadere, uiam quandam communem ad omnia animi nostri bona monstrabo. oportet enim eum qui alteri præsit ad corrigendum, initio quidem intento esse animo ad singula quæ ab illo gerentur, ut commonefaciat quid ab ipso negligatur. est enim interdum definitu difficile in ipsis actionibus, id quod in re familiari ex sordidissima quadam ratione geritur. quare hoc ipsum nullo modo præfiniri potest ei qui nūc primum incipiat auaritiæ morbum excidere. porrò
B quemadmodum in hoc uirtus uitio proxima est, ita dum ambitionem excidere uolumus, uirtuti illico finitimum uitium offendimus. cæterū quorum animi suapte natura ad honestatem probitatemq; feruntur, hi neutiquàm pudore affici solēt, si cum ipsi iuuenes sint, seruariq; possint, alios habeant qui sua ipsorum peccata inspiciant, atq; obseruēt, ætate scilicet prouectos homines qui in omni uita sua clarissimū liberæ mentis specimē dederint: quibus quidem increpantibus neq; resistere, neq; infensos esse par est, sed habere gratiam. quin etiā eosdē rogare oportet semper ut uera dicant. quod ipsum ubi cognitū habuerint, tū conari si non ingentes illas portiones, at saltem minutas atq; exiguas de grandi illa summa affectuū ac
C uitiorum excidere: tametsi initio per q; arduum hoc, & cum magno labore magnaq; infelicitate fieri uidebitur. scire enim eos oportet progressu temporis non similiter idem habituros difficile. quo eñ maius rationalis nostri animi pars in huiuscemodi exercitationibus ac studijs incrementum accipiet (quatenus uidelicet superabūtur minuenturq; uitia) eo facilius obsequiū ac perfectiorē obedientiā obtinebit. nam cū ea quæ maxima sunt, ratio nondum exercitata superauerit, haud dubium est, quin ubi duplicem excellentiam spatio tēporis adepta sit, facilius sit superatura: etem ex ijs in quib. ipsa se exercuerit, multo existet generosior q; prius, sicq; etiam illis quæ minora aliquanto euaserint, abunde sufficiet. porrò ad futuri temporis spem uel alterū horū dūtaxat satis esse
D poterat. quocirca ipsius exercitationis initio terreri non oportet eum qui in ipsa affectuum curatione parum se proficere sentit. progrediente eñ tēpore magis proficiet, si modo æquo animo pergat audire ea in quibus peccat, ita ut uerum amorem erga seipsum gerat, uelitq; non uideri tātum, sed etiam re ipsa existere & egregius & frugi. Hactenus igitur de ratione & cognoscēdorum & curandorum animi affectuum dictum sit: deinceps autem sequitur, ut de peccatis ipsis dicatur.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI GALENI DE DIGNOSCENDIS & curandis in suo cuiq; animo uitijs seu peccatis.

Liber hic à præcedente seiungi non debet: sunt enim unius operis libri duo.

Caput 1. In priore libro de affectibus potissimũ docuit (quanq; etiam uitijs & affectibus communia quædam) hic de uitijs tantum dicturus. Et primum, quòd hamartema, id est uitium, sit peccatum cõtra iudicium & rationem. Aliquando cõmunius accipitur pro errore, etiã in non rationalibus animæ potentijs. 2. Quid sit consensus ad peccatum, omnibus conuenit: quid uero infirmus seu dubius cõsensus (συγκατάθεσις ἀσθενὴς ἢ προπετὴς) non item. Multi illum inter uirtutem & uitium in medio collocant. De mathematica demonstratione & erratis circa eam, quæ fiunt si quis uel parũ addubitet: In uita autẽ & moribus, non statim erratum esse dicũt si quis uel bonis uel malis parum & cum dubitatione aliqua assentiat. Secundum Pyrrhonios sanè cõsensus omnis infirmus seu propetes est. Philosophorum de summo hominis bono maloq; sententiæ, falsæ simul omnes esse possunt, ueræ non item. 3. Quærendum esse primum demonstrationis rationem, eaq; inuenta se exercendum priusq; de maximis rebus statuamus. Sin minus, necesse est in multis errare: ut calculatores qui nulla arithmeticæ rudimenta tenent. Similitudinem inter res diuersas, ut medicis sæpe, ita philosophis & alijs causam esse errandi maximam: nisi quis exercitio multo circa demonstrationes tritus sit. Quòd alij de summo bono nescientes errent: alij uero scientes se errare, tamen propter philautiam, aut ambitionem apud alios id asserunt: horum uitium κακὸν ἐμπαθὲς, illorum proprie hamartema uocat Galenus. Et q; illi iudicium de se alijs præstantioribus permittere debeant, cum ipsorum pleriq; artium & scientiarũ ferè omnium imperiti sint: Nisi fortè iam senes, aut alioqui morosi, emendationis spem reliquam nullam habeant. Primum naturam & ingenium bonum requiri, deinde educationem & disciplinam, ad ueritatis cognitionem: huius enim desiderium ceu scopus proponi debet. Se uiam ad ueritatem tota uita quæsiuisse, & persuasisse sibi hanc unam esse quam hic traditurus est. 4. Demonstratiuæ methodi alijs in rebus periculum nobis esse faciendum, quarum hæc natura sit, ut eo quod secundũ methodũ est peracto, mox ex rebus ipsis utpote sensui subiectis, an methodus rectè se habeat, apparere posit. Exempla à diuisione rectæ lineæ in partes aliquot, & ex Geometriæ rudimentis: ubi quoniã omnia oculis subijciuntur, mox de methodo uera ne sit nec ne apparet. Talis methodus est in arithmetica quoq;, astronomia, & architectonica, cuius nomine comprehendit etiam horologia, clepsydras, hydrocopia, machinas diuersas & pneumaticas. Contra eos qui rudimentorum demonstrationis & mathematum imperiti, profiteri & docere audent discipulos, stupidos nimirum uel saltem mathematum ignaros. Quòd in mathematicis & alijs in rebus, non mensibus sed annis aliquot circa ueritatis studium exercitatos, deposita omni ambitione, suiq; & pecuniæ amore, ita demum aggredi oporteat dogmata de summo bono & malo, uel de felicitate & infelicitate.

5. Iterum contra sophistas cum alios tum Cynicos: qui in nullis disciplinis exercitati, breuissimo tempore uiam ad uirtutem, aut per uirtutem ad felicitatẽ, discipulis se traditiuros promittunt, &c. Discipuli per sophismata illorum, quoniam propter similitudinem falsos similes ueris sermones discernere non possunt, decipiuntur. Neq; enim falsa soluendi artẽ ullam ab eis docent, siue in propositionibus falsitas sit, siue consequentia non proba: uel ut uulgo dicunt, siue in materia, siue in forma sit: Hæc enim omnino adolescentes discere oportet. Illi uero qui hæc negligunt, in maioribus etiam, ut felicitate & uia ad eam, quæ methodus & ratio sit certò iudicare non possunt. 6. Quàm imperiti sint pleriq; circa demonstrationis methodum. Apodeixis & endeixis differunt. Quòd qui consenuerunt in hac inscitia incurabiles sint, non minus quàm scirrhi inueterati. Quodq; & ipsi pugnantia sibi dicant, cum aliter de uita agenda statuant, aliter de fine bonorum, ad quem tota uita referri debet. Quòd alibi scripserit de uitæ generibus ad unumquenq; propositum finem sequentibus. Passio siue affectus fit, non ex proposito, neq; cõsentiente animo. Peccatum autem ex praua opinione, qua imbutus quod male facit aliquis rectè se facere putat, eo quòd alium finem bonorũ statuerit quàm oportebat.

7 Causam & fontem esse reliquorum peccatorum, eam quæ de fine uitæ est prauam opinionem. Fieri tamẽ potest, ut etiã qui rectè sentit de fine, erret alicubi, non intelligens consequentiam. Breuis repetitio prædictorum. Demonstrationis usum necessarium esse ad summi boni inuentionẽ: Et q; alia uera sit, alia uideatur esse demonstratio. Principia quædam demonstrationum esse, quæ fidem per se mereantur, & ad quæ particularia per resolutionẽ omnia reducantur, tanq; ἐπὶ τὸ πρῶτον κριτήριον, id quod sophistæ ignorant. 8. Iterum, Quòd prius exerceri oporteat ingenium circa mathematica, & ea quæ sensibus patent. Exemplum resolutiuæ & compositiuæ methodi in Architectonice, circa horarum diei exactam cognitionẽ per horologia. Modus conficiendi solaris horologij. De clepsydra apparanda ut in 12. horas æquales diuidatur eius effluxus, & obiter de duodenario, q; is aptissimus sit & diei & aliarũ rerum diuisioni. 9. Analyticæ laus, & quomodo paulatim per ætates aliquot à ueteribus inuenta exercitaq; sit: Quod ea maxime sit rationalis illa uis, qua differimus à brutis, initio quidẽ difficilis, in progressu uero iucundissima: & licet non iucunda foret, propter utilitatem tamen exercenda. Voluptatem augent res ipsæ, cum eam quæ præcessit rationem, consensu suo confirmant, ut in horologijs dictum est, & cæteris mathematicis. In reliqua philosophia, bene maleúe ratiocinantem non similiter res ipsæ arguunt: ideoq; multi impudentissime in ea loquuntur, & rationali methodo nihil indigere se putant, à rebus ipsis (ac si cum eis colloquerentur) satis doceri se dictitantes: Quasi is qui in rebus, quas sensus iudicare potest, rationem nullam tenet, in maioribus fide dignus sit. 10. Adhuc contra sophistas, qui se solos sine longiore discẽdi uia, ab ipsa rerum natura doceri imprudenter asserunt, & mathemata omnia negligunt. Et q; nulla maior quàm illorum cæcitas esse possit ad suorum cuiq; peccatorum cognitionẽ. Interim tamen isti omnes præ se contemnunt, se solos sapere persuasi: Aliorũ philosophorũ disputationes non audiunt, & si quando forte audiuerint, litigandi modum nullum habent, cum necessario & contingenter dicta distinguere non possint. Exemplum contentionis eorum de uacuo. 11. De demonstratione & eius initio. Alia sensibus, alia ratione intelligi, eaq; interdum inter se uideri pugnare: quòd autem non pugnent, ex manifestò apparentibus ostendendum esse. Simile ab ijs quæ cominus, quæq; eminus uidentur. Monet ne quis temere iudicet (πρόπτωσιν & προπέτειαν et προπετῆ συγκατάθεσιν uocant) unde ut in ijs quæ sensu, ita in his etiam quæ ratione apprehenduntur, error contingit.

12. Quòd ipse à puero à temerario assensu se retinuerit. Sunt qui uni aliquid asserẽti nõ credũt: si uero duo uel tres uel quatuor asseruerint, iam credũt: cum fieri posit ut plures etiam unam ob causam cõmunem uel uerum uel falsum dicant. Vitium esse non in illo solum, qui primus autor est falsi alicuius dicti, sed in illo etiam qui temere ei fidẽ habet. In dubijs igitur rebus non simpliciter aliquid dicendum est, sed hoc alium dixisse, uel

nos audiuisse. Quòd si præceps consensus his in rebus, quæ quales sint paulo post uere apparent, reprehenditur: quanto magis in obscuris & non apparentibus? Causa huius uitij pleonexia est. nam dum uideri uolũt aliqui plus cæteris uidere, & celerius cognoscere, celeritatem non intellectus & cognitionis, sed ignorantiæ suæ produnt. 13. Hactenus in genere contra propeteian. Nunc redit ad philosophos illos, qui temere & sine demonstratione docẽt & disputant: exempla addit, unum de uacuo, ut supra: alterum de duobus cõtendentibus: A & quomodo ab architecto redarguti sint. Reliqui homines in rebus dubijs & obscuris ignari sunt, doxosophi uero in manifestis. 14. Quæ Galenus contra eosdem dixerit. Exemplum disputationis de uacuo Stoici & Epicurei, tum inter se, tum contra peripateticum: & quod nullus illorum quicquam cum demonstratione dixerit, sed omnes probabilia tantum attulerint. Vnumquenque philosophum ea tantum quæ suæ sectæ sunt approbare, cætera damnare omnia.

CL. GALENI DE CVIVSQVE ANIMI PECCATORVM NOTITIA ATQVE MEDELA LIBER SECVNDVS.

Iunio Paulo Crasso Patauino interprete.



I CVIVSQVE animi perturbationum cognitio ac medicina secundum traditam superiori cõmentario rationẽ cõprehẽsa est: deinceps de peccatis sermo instituendus est. igitur optimum & in præsentia initium sumam, quod omnes, & si operibus non cõfirmant, ore tamen confitentur, ac illud quidnam sit, quod peccatum uocant, ut nobis procedenti oratione ambiguitas nulla relinquatur, explanabo, docebóque uocabulum hoc ἁμάρτημα, quod latinis peccatum significat, ab omnibus grecis ita accipi, ut modo ea, quæ haud recto iudicio cõmittantur, declaret, atque ita ad solam rationabilem animæ partem pertineat, modo communius latiusque ea etiam, quæ ad irrationabilem facultatem spectent, complectatur.

Multa desunt in codice græco.

II Quidnam sit peccati consensus, omnibus in aperto est: quid imbecillus cõsensus, non item: siquidem nonnullis titubantem hunc assensum inter uirtutem uitiumque medium ponere satius esse uisum est: titubantẽ uero siue imbecillum esse cõsensum prædicant, quãdo nobis ipsis nondum ita ueram esse opinionem aliquam persuaserimus, sicut illa est, exempli causa, in utraque manu quinos esse digitos, aut bis duo quatuor constituere: forsan utique senem quempiam offenderis, qui in omni uita ueris peccatis abstinuerit, alicui scientificã ostensionẽ habenti infirme assentiri: scientia porrò geometræ talis est de his, quæ per Euclidis elementa ostẽsa sunt, quale ex innumeris est & hoc, bis duo quatuor esse: eandem quoque scientiam & deinceps traditorum de globis præceptorum habet, quemadmodum & omnium secundum hæc resolutorum de linearum figuris atque gnomonicis. Quamobrem si uel parum quis ambigat, neque proprium ipsis consensum præbeat, quem cõprehensionem nonnulli appellant, hoc esse peccatũ, ut hominis uidelicet geometræ quispiã iure concesserit. at eius, qui in uita peccet, in bonis malisque cognoscendis, possidendis, aut euitandis improbæ opiniones falsæque consistunt, assensus item aut procliuis, aut titubans & incertus. Hic iam igitur discrimẽ impendet, ne paruũ iuxta ac maximum B peccatum cõmittatur, si falsæ de bonis ac malis opinioni assentiamur. secundum Academicos planè ac Pyrronios uocatos philosophos, eorũ quæ à nobis inquiruntur scientificam ostensionem haberi negantes, omnes, qui nunc habentur, de re aliqua cõsensus necessariò incõsiderati sunt ac temerarij, quin etiam & falsi esse possunt. aiunt præterea, philosophorum de bonis malisque discordes inter se pugnantesque sentẽtiæ ut ueræ omnes sint, neutiquã fieri potest, at omnes forsan mendaces esse nihil prohibet, ut neque uoluptas bonũ sit, neque perturbationũ uacuitas, neque uirtus, neque ab ipsa prodiẽs actio, neque aliud omnino quicquam eorum, quæ à philosophis enumerata sunt.

III In primis itaque eum, qui à peccatis mundus C esse cupiat, rei illius ignotæ, quã inuenire satagit, demonstratio sit, nec'ne, cõsiderare oportet. Quũ aũt inuenerit, non obiter modo, sed longo etiam tempore inter ueracissimos homines uersantem, qui naturali quadam prudentia præditi sint, atque in rationalibus disciplinis exercitati, qualis nam sit demonstratiua methodus, speculari cõueniet. Deinde cum quis ipsam se inuenisse sibi persuaserit: postea longo temporis interuallo iterum sese exercere debet, ante quàm ad maximarum rerum inquisitionem accedat: ut, exempli causa, An bonum quod sanè & uitæ finem nuncupant comparatum, felices nos, aut beatos, aut quomodo quis aliter nominare uelit, efficiat. Nónne igitur per deos illi, qui prius, quàm demõstratiuam metho- D dum sese inuenisse credant, ad maximarum pulcherrimarumque rerum indagationem transeunt, euidenter temerarij sunt? mihi quidem uel maxime huiusmodi esse uidentur: perinde enim isti affecti sunt, atque illi, qui ante, quàm satis se in numerorum scientia exercuisse cognoscant, aliquid de supputatorijs locis atque arithmeticis disserere audent. igitur ut hos plerunque falli necesse est, ita & quicunque prius aliqua demonstrare conantur, quàm in demonstratoria methodo uersati sint, quin errores cõmittant, fieri nequit. porrò quod nonnulli ex his, qui falsa edocent, quibusdam persuadeant, sectarum multitudo testatur: sed neque illis hæc, nisi aliqua similitudo intercederet, persuaderi potuisse, cuique palàm est: neque paruam hanc esse similitudinem profecto existimare cõuenit. nam alioqui facillime

facillime deprehensa foret, neq; longo temporis decursu à multis clarissimisq; uiris eam argui conuinciq; opus fuisset. Illud itaq;, quod in re medicinali Hippocrates usuuenire aiebat, & in philosophia accidere uidetur: dicebat autē Hippocrates, similitudines uel bonos medicos in errores difficultatesq; conijcere, utpote non uulgaribus duntaxat medicis, uerum etiam nobilissimis ob similitudines deceptis. quare neq; alienū est, & in philosophia similitudines præclaris philosophis imponere. gemellorū similitudines illi, qui cum ipsis uersari consueuerūt, facile dignoscunt, non assueti minime id facere queunt. Eadem ratione & illę, quæ in rationibus sunt, similitudines eos, qui sese non diu neq; quotidie in struendis rationibus attriuerunt, prætereūt, quemadmodū & gemini fratres eos, qui non unà degant atq; uersentur, delitescere solent. Hoc utiq; unum primū est eorum peccatū maximū, qui aliquid ad humanam uitam pertinēs temere pronunciant, bonaq; ac mala aut ex amore sui, aut inanis sapientiæ, aut arrogantiæ, aut ambitionis causa constituunt: siquidem nonnulli recte sese opinari sibi persuadent, nōnulli honoris, aut prætextus cuiusdam causa ea proximis probare conantur, de quibus ipsi dubitant, atq; animi pendent, peccant sanè utriq;, secundi sciētes ac uolentes, quorū uitium ex perturbatione proficiscitur: primi uero nescientes, ipsorūq; error peccatum proprie dici merebitur. recte igitur isti fecerint, si Aesopi manticarum meminerint, suasq; ipsorum opiniones alijs examinandas concesserint, haud per Iouem talibus, quales ipsi sunt, nō solum in ostensorijs methodis minime uersati, sed etiam aliarum disciplinarum, quæ Græci mathemata nominant, imperiti: ijs enim imbutus animus acuitur ac delimatur, utpote geometria, arithmetica, disserendi ratione, ædificatoria, & astronomia. Ex his porrò nonnulli neq; rhetoris, neq; id, quod maxime præsto est, grammatici doctrina eruditi, sed adeo dicendi artis ignari sunt: ut neq; ea, quæ à me dicantur, intelligentia assequi ualeant. quæ profecto ego animaduertens, cum aliquem sermonē feci, ipsis, ut dicta mea repetant, iubeo: tunc enim re uera quemadmodum asini lyram, ita & isti ea, quę à me dicta sunt, neutiq; percepisse deprehenduntur: nihilominus tamen in tam audaces, uel temerarios potius euaserūt, ut ab ijs, qui prima elementa didicerint, eò ludibrio habiti, quòd quæ audiuerint, recitare nequeant, nihil propterea erubescāt, seipsos tantum ueritatem agnoscere, alios disciplinis instructos tempus frustra perdidisse opinent. uerum non illis quicquā me profuturū sperāns in hunc sermonem diuerti. plures enim ipsorū etiam si uellent, nihil iuuamenti capere possent, neq; ætatem ipsam amplius disciplinis percipiendis idoneam habēt. quisquis uero natura prudens est, & eatenus primis rudimentis operam dedit, ut quæ audiuerit, maxime quidē ore proferre statim, sin id minus, at saltem scriptis mandare ualeat, is sermonem hunc nostrum, modo sit ex toto ueritatis amator, sibi subsidio futurū scito. in hoc enim uis tota consistit, primū quidē aptū ad ueritatē natum esse: deinde optima ac liberali educatione usum fuisse. at qui in ueritatē explorandam minime natura feratur, & in flagitiosis inhonestisq; studijs altus fuerit, nequaq; iste aut sponte cōmotus aut ab alio concitatus ueritatem unq; appetere ualebit. quocirca neq; ego unquā id genus homini opem ferre pollicitus sum. sed, ut modo retuli, ueritatis amico iter illud ostendere pro uiribus conabor, quod in omni uita perquisiui: illudq; solum esse, quod proxime subijciam, mihi persuasi.

Quomodo quis methodum, uerâne sit, experiatur. Cap. IIII.

Existimo nāq;, ut dixi, prius illis perceptis, quæ de demonstratoria methodo à maioribus nostris tradita sunt, in alijs rebus ante periculum fieri debere, nunquid re uera aliquod quæsitorum inueniant: esseq; huiusmodi rerum naturam idoneam, ut suis inuentoribus testimoniū perhibeat: ut exempli causa in hoc, datam rectam, aut præceptas partes diuidere: fortassis aūt penitus rudes, quidnam dicatur, non intelligūt. ego uero perinde atq; si omnes ipsi adessent, clarius dicere incipiam. Rectam datam sermo noster intelligit, lineā aliquam rectam in superficie exacte læui propositā, pręceptas autē partes pro sumentis arbitrio, siquis propositam rectam in quinq; æquales partes, aut septem, aut uiginti, aut centum diuidi iubeat. nam si tu per te methodum unam nactus, aut ab alio edoctus atq; usus, in quot uelis partes propositam rectam partieris, res ipsa tibi testis erit, omnesq; particulæ ita diuidentibus exquisite cernentur æquales. atq; id genus omnia problemata exacte reperta per ipsa euidentia confirmantur: ut, cum dato quadrangulo circulum, aut pariter et dato circulo quadrangulum circum intus'ue ponere iubemur: item cum dato quinquangulo æquilatero et æqui angulo circulū ut exterius circumponamus, quis præcipit: siquis etenim singula hæc ea, quam didicit, methodo circumscripserit, res ipsa quæsitum iam exploratum esse testabitur: At non itidem, genitus'ne an ingenitus sit mundus, res ipsa testabitur, quemadmodum neq;, finitum'ne sit an infinitum uniuersum, aut quantus sit maris fluctuū numerus: nullum enim huiusmodi quæsitorum ex ipsa re, quæ inuenta esse uideat, dijudicari potest, quemadmodum si circulo figuram duodecim laterum æqualium rectorumq; angulorum circum intusq; dare iussus id statim feceris. intus namq; & circumscripta figura euidenter conspicitur: sicut & circulus huic multiangulæ figuræ intus circūq; datus agnoscitur. itaq; cum demōstratoriam methodum ad quæsitum nos ducentē inuenerimus, testimonium ex ipsamet rę haud obscurum accipiemus: & exinde coniecturas haud paruas ipsius ueritatis habebimus: ut aliquando & in his, quę id euidenter testari queant, ea uti audeamus. neq; statim in rebus maximis à quoq; periculum faciendum esse existimo: siquidem ad felicitatem ducentia maxima sunt: sed in aliqua prius materia exerceri conuenit, quæ illorum errorem, qui se quæsi-

tum falso inuenisse autumant, redarguat, & uere inuẽtis suo testimonio faueat. Huiusmodi methodus in geometria reperitur, arithmetica, supputatoria, astronomia, & architectonica: nomine autẽ architectonicæ horologiorum, clepsydrarum, hydrodochiorum, et machinamentorũ omnium descriptiones amplector, inter quæ & pneumatica, hoc est, spirabilia quæ uocantur, existũt. Hęc profecto omnia inuentoribus suis testimonium perhibent haud secus, q̃ astronomiæ inuenta, quæ & ipsa ex euidentibus diiudicantur, examinantur & testimonio cõfirmantur. Solis nanq; & Lunæ defectus, & quæcunq; circa fixas errantesq; stellas conspiciuntur, inter ea, quæ manifesto apparent, reponuntur. Manifestum præterea est sermones nostros omnium illorum animos percellere, quibus iam prouecta ætate non multum temporis superest, ut in rebus illis demõstratoriã methodum exerceant, quæ ipsius ueritatem perspicue testari ualeant. aut enim ut proxime dicebam, proprio amore decepti: aut umbratili quadam sapiẽtia, aut honoris inanisq; gloriæ cupiditate, aut arroganti iactantia, aut auaritia perciti, nonnulli sibi ipsis, nonnulli uero aliis se aliquid firmi scire persuadẽt. quocirca nihil mirũ fuerit in proprio unumquenque auditorio suis hæc discipulis probare: quorum aliqui asinino ingenio sunt, aliqui uero acri, sed in primis disciplinis nequaquam exercitato: nam id genus uentosis atq; ineruditis pręceptoribus expedit, arbitror, tales habere discipulos. quicunq; enim natura prudens, & in disciplinis antea uersatus fuerit, ipsos illico floccifecerit, sicuti & ego adhuc adolescentiæ annos non egressus multos doctores contempsi: qui nonnulla demonstratis scientifice in geometria repugnantia ostendere audebant, neq; demõstrationis simulacrũ quod esset, unquam cognouerant. siquis igitur ueritatẽ exploraturus prius arrogantẽ iactãtiam, nimium sui amorem, honorum & glorię immoderatam libidinem, falsam persuasionem sapientiæ, atq; auaritiam ex animo suo extirpauerit, iste plane non mensibus modo, sed annis multis, cum ante sese exercuerit, perueniet aliquando postea ut inquirat placita ad beatitudinem, & ad calamitates ducere ualentia.

V Illum uero perturbationibus, quas dixi, furentem ac debacchantem ad tam longum iter pigrum atq; impeditum uideo: at illos nempe odio prosequor, qui insidiatorem calumniatoremq; efficiunt. huiusmodi enim uitiis suos ipsorum discipulos præoccupare ac inficere solent, ut neque id genus sermonibus, quales nos hactenus fecimus, aures unquam præbere æquo animo possint. sane oppido facile est præceptorem graui ac seuera facie dicentẽ imperitis adolescentibus persuadere expeditissimum esse ad sapientiam iter, idq; à cynicis uocatis philosophis affirmari testantem: siquidem & isti placita sua breuẽ esse ad uirtutem uiam contendunt: at ipsorum nonnulli sentẽtiam hanc damnantes non ad uirtutẽ, sed per uirtutem ad beatam uitam cynicam philosophiam iter esse

A confirmant, cæterum nonnulli uerius ipsam declarantes imperitam istorum hominum temeritatem ad inanem iactantiam breuem esse uiam testãtur. Itaq; ut cynici omnes, quos uitæ nostræ tempore conspeximus, ita & eorum quidam, qui se philosophos profitentur, euitare se in rationali cõtemplatione exercitationem non eunt inficias: deinde, cum à nobis discesserint, cum uulgaribus hominibus, caprarum uidelicet boumq; pastoribus, fossoribus atq; messoribus cõgredi indignũ putant, quòd scilicet ea, quæ à se dicantur, isti, utpote in ratione disserendi nunq̃ uersati, minime assequantur: idq; nimirum insolenter faciunt, perinde atq; si ipsi unquã in primis se disciplinis exercuissent, ac non repente de uitæ fine, de bona atq; aduersa

B fortuna à pręceptore demonstratorios, ut ipse credebat, sermones audiuissent, ipsisq; eo, q non essent exercitati, fidem adhibuissent: quæ plane iis, ut dixi, ob falsarum uerarumq; rationum similitudinem causæ falsorum decretorum extiterunt. similitudines autem exacte illi dignoscunt, qui singulas integras materias diligentissime tractauerunt. at qui repente materiam aliquam non exercitata ratione aggreditur, nullo pacto falsas à ueris argumentationibus distinguere separareq; ualebit. huiusce rei manifesto indicio sunt uocata sophismata, quæ rationes quædam falsæ sunt ad uerarum imaginem dolose constructæ. harũ mendacium ex conclusione, quæ uera non est, aperte deprehẽditur. quoniam uero falsæ rationes aut sum-

C ptum aliquod falsum aut conclusionẽ haud recte illatã habeant necesse est, & hęc in sophismatibus haud ita facile conspicua sunt, ab illis, qui in disserendo se non exercuerunt, uix utiq; deprehẽdi poterunt. Igitur cum rationem mendacem esse concedamus, q omnibus conclusionis mendaciũ euidenter pateat, nihilominus inexercitatos nodi solutio præterit. quocirca tutius isti cautiusq; egerint, si rationes omnes suspectas habuerint, nulliq; prius assenserint, quàm se falsarum uerarumq; rationũ similitudines exquisite distinguere posse sibi persuaserint: aliosq; sibi quæstiones proponere patiantur, uolentibus ipsorũ eruditionis periculum facere permittentes. num aliud igitur consulunt, quàm q discipulis, ut se in sophismatũ disso-

D lutione exerceant, præcipiunt? quæ nihil aliud, ut antea dicebam, prorsus fuerit, quàm inter uerã falsamq; rationẽ similitudinis agnitio. necessum itaque sit uerarum prius argumẽtationum naturam didicisse: in iis nanq; uersatus, ipsarumq; speciem exacte iuxta celeriterq; percipere assuetus, haud ægre, puto, falsas agnouerit. ego nempe id re commonstraui, cum adolescentes in disciplinis uersatos ueras rationes cognoscere edocui, & alicui ex præsentibus, cui libuisset, ut aliquod ipsis sophisma proponeret, iussi. ipsi enim sophismatũ absurditatem deprehenderunt, quæ aut in figuræ non syllogisticæ inconcinnitate, aut in sumptionũ falsitate posita esset. atq; ita istis inanis sapientiæ nomine præditis, istis inquam senioribus sophismata explicare nequeuntib. euidenter patuit, id ipsis incom-

incōmodi ex uerarum rationum ignoratione prouenire: quò fit, ut summopere damnari mereant, eo quòd ex temerario assensu miseram degant uitam. falsam enim de uitæ fine opinionem ad miserias calamitatesq; ducere omnes testantur.

VI Isti uero homines quidam sunt in discernendis ueris falsisq; rationibus nunq; exercitati, interdum opinionis alicuius ueritatē intelligere se credentes, & cōtingentē rationē se dixisse ignorant, ac tanq; sensibus, quæ opinantur, euidenter appareant, nos sequi, & absq; demonstrationibus credere iubent: interdum uero, cum sola indicatione oratio egeat, demonstratione ipsam cōfirmare nituntur. Quidam uero gnari, quatenus differat indicatio, aut quod est uelut primū & ex seipso nōtum, tamen de rebus diligenti consideratione habita pronunciare conantur. atqui in his erroribus multi, qui iamdiu in philosophia cōsenuerunt, inuoluti sunt. quid igitur, proh Iuppiter, istorum ne inscitia, umbratilisq; sapiētia tibi facile curari posse uidetur? an et ille etiam, qui triennium, aut quadriennium prӕduro tumore doloris sensu carente laborauerit, unquam sanabitur? nunquam profecto senum istorum animum inscitiæ apparentisq; sapientiæ scirrho triginta iam annos occupatum ad sanitatem redire posse crediderim. at, si uelis, id posse fieri ponito: deinde dierū ne spatio, an mensium, an annorū huiusmodi scirrhi curatio egeat, æstimato. itaq; ne amplius admirator, quā ob rem multos istorū, qui se philosophari prædicant, neq; alloqui, neq; cum ipsis disputare dignū existimo. omnes enim priuatos homines, natura prudētes, eaq; disciplina institutos, quæ iampridem à Græcis probata est, istis meliores præstantioresq; cognoui. facile enim quæcunq; se euidenter consequuntur, agnoscunt: istos uero altercātes, aut quæ placitis ipsorū aduersentur, percipere dissimulantes plerunq; expertus sum. porrò cum millies olim cum plerisq; philosophorum, quæ quenq; propositum finem uitæ consequantur, disputauerim, alij quidem omnes, quòd primis rudimentis optime instituti sint, acutū ingeniū habebant, ipsiq; uiuendi modum concordem suis placitis dicebant, sermonemq; nostrū recte intelligebant: at illi in quadam inani sapientiæ opinione (ut supra posui) ad senectam usq; uersati soli cōtraria sentiebant: deinde cum ab omnibus præsentibus deriderentur, ad conuitia iurgiaq; se conuertebant. Verum quæ à nobis sæpius unà cum multis uiris de quoque pro singulis finibus uitæ genere explicata sunt, in alijs habes cōmentarijs tradita: multaq; errorum, quos isti committunt, exempla in illis scripta sunt. nam quæcūq; isti diuersis sectis addicti uitam corrumpentes inter se contraria faciunt ac dicunt, ex falso iudicio proueniunt, peccataq; sunt, quæ in qualibet secta cōmittuntur: siquidem ueridica atq; optima secta non finem solum, uerum etiam genus uitæ fini illi consentaneū adinuenit. Quamobrem quid inter peccatum perturbationemq; intersit, hinc apertissime discere liceat. Aliquis, exempli causa, placitū hoc instituerit, homines iuuare, ho-

A minibus egentibus re uera opem ferre cupiēs: cæterum iste aut somno, aut socordia, aut uoluptatibus, aut aliquo id genus alio impeditus subuenire afflictis neglexerit, ex quadam perturbatione errauit. Alius uero quispiam sibi ipsi tantum uoluptates curarumq; uacuitatem comparare statuens, ac propterea ciuibus suis, aut domesticis iniurijs affectis auxiliū denegans, ex praua opinione profecto, non ex aliqua perturbatione peccauerit.

Quod de cuiusq; uitæ fine opinio falsa peccatorum causa sit. Cap. VII.

Multorum sanè peccatorum falsa de cuiusq; uitæ fine opinio fons & origo est, ex ea enim tanq; ab radice quadam singula peccata exoriuntur: potest tamen aliquis de uitæ fine recte sentiens in ali-
B quo particulari consecutionem haud intelligens aberrare: cæterum tibi, (ut proxime dicebā) actiones uitæ singulis finibus congruentes in alijs commentarijs latius enumeraui: in præsentia peccatorum sola capita perstringam, quæ & repetere satius esse duco, ut propositorū compendium quoddam facile memoriæ mandandum conficiā. quandoquidem enim in finis contemplatione felicitatis humanæ principatus ponitur, haud ab re in ipsum inuestigandum omnes incubuerunt: de quo qui seipsos magnifaciūt, prompte sentētiam suam tulerunt: prompte autem sententiam tulerunt, aut omnes, aut uno tantum excepto: quem ipsum neque in confesso est id fecisse, antequam de demonstrationibus iudicaueris, sint'ne re uera demōstra-
C tiones, an illis ita esse uideatur. hominē igitur propria peccata obseruantem atq; animaduertentem illud ipsum in primis cogitare oportet, iustū esse omnino eos curiose diligenterq; audientem, qui sese quæsita demonstratione probauisse arbitrantur, postea ipsa dijudicare conari: atq; iterum hoc loco cum ab ipsis acceperit, quem in orationibus iudicem ueritatis statuant: deinde iterum hæc ipsa secum, ut sese habere oporteat, reputans, considetansq; nunquid ipsi rursum iudicādi instrumentum altero egens instrumento intelligant, deinde post illud rursum alio, idq; ne in infinitum protrahatur suspicās, multum ocium nactus longo temporis spatio unà cum uiris, qui ipsi maxime ueridici uideantur, ita primum omnium iudicādi instru-
D mentum cōtempletur: quod scilicet uelut causam quandam iudicatione non egentē arripere oportet, & omnibus hominibus ostendere: id uero & absq; dijudicatione conceditur, eandemq;, quam omnis demonstratio, uim præ se ferre potest: atq; ita, quod superest, in ipsum respiciētem omnia ad id particularia redigere conuenit, quod sanè resolutionem nōnulli philosophi uocauerunt: ueluti ascensum quendam ab his, quæ media sunt, ad primarium iudicationis instrumētum. utpote autem in re ualde difficili, quemadmodū opere plerūq; didicisti in istis uano sapiētiæ nomine prӕditis, petulantibus, ac propterea ludibrio habitis, ꝙ neq; uulgaria quæsita ad primum illud instrumentum iudicandi redigere ualeant.

VIII Sibijpsi eum cōstare oportet, qui scientiæ

capax esse uelit, atq; in multis singularibus, quę ipsum inuentum esse testari possint, ut antea dictum fuit, sese exerceat. huiusmodi sunt autem ea, quæ in arithmetica linearumq; scientia habentur, quibus ueluti gradibus astronomia et architectura nituntur. age enim ut declarãdi causa ex architectura exemplum aliquod promam, urbe condita ipsam habitaturis propositum sit non per coniecturas, sed exacte quotidie scire uelle, quantum diei temporis iam elapsum sit, quantumq; usq; ad solis occasum supersit. id problema sanè in resolutoria methodo ad primum illud iudicandi instrumentum redigi opus est, siquis ipsum, quo dixi, modo in gnomonica tractatiõe inuenire uelit, rursumq; ex illo per eandem uiam, sed contrario modo proficiscendo componi: quemadmodum & hoc in eadem tractatione didicimus. porrò in hũc modum cõmuni generaliq; uia comperta, nobisq; cognoscentibus ex huiusmodi lineis temporis partiũ dimensionem fieri necessum esse, ad corpora deinde transire conuenit linearum descriptionem uocatumq; gnomonem susceptura, ac primum uestigare, quæ corporum figuræ ad inuentam descriptionem idoneæ sint, deinde in illis singulis, qualisnam hæc descriptio fieri possit, ex resolutione cõpositioneq; inuenire. ac posteaquã rationalis methodus euidentem nobis propositorum inuentionis confirmationẽ præstiterit, mox ad ea exequenda, quæ per ipsam inuenta sunt, accedẽtes, iterum considerabimus, quo modo depingendi corporis superficiem planam æquabilemq; reddemus, hoc deinde per resolutionem & compositionem adinuento aliquod huiusmodi corpus fabricati per instrumenta ipsum lineis designare tentabimus: iterumq; ex resolutione ac compositione eo comperto, eiusdem speciei corpora, qualia nos methodus edocuit, construere enitemur. cũq; postea in multis deinceps figuris delineatio facta, hominibusq; ut re experiantur, diuulgata fuerit: iam id, quod à principio propositum fuerat, exploratũ est. quando enim prima linea primũ solis radium excipit, itidemq; postremum ultima, atq; hoc in omnibus solaribus horologijs depictis apparet, iam profecto unum quoddam euidens indicium, quòd res proposita inuenta sit habebimus: item alterũ, cum omnia delineata corpora inter se concordant, nec non & tertium, cum æqualis aquæ fluxus ipsis respondet. hoc etenim depictorum horologiorum ueritatis iudicatorium futurum ratio adinuenit: quod dico autem huiusmodi est. uasculum ex quauis materia conflatum perforato, primumq; solis radium intuitus aquæ mundæ imponito, deinde tibi cum pictum horologiũ primam horam præterijsse nunciauerit, tu quanta uasculi portio aqua impleta fuerit, adnotato, eaq; effusa iterum uasculum eidem aquæ imponito: & cum secundam horam solare horologium significauerit, uasculum aspicito; postea cum aquam in ipso ad eandẽ partem peruenisse, ad quam & prima hora peruenit, inueneris, adnotato celeriter, & exhaustum uasculum iterum in eandem aquam immittito, ac rur-

A sum obseruato, num, quoad tertiam horam horologium indicauerit, ad eundem uasculi locũ aqua perueniat, ad quem prima aut secunda hora peruenerat: quod ita factum esse inueniens, exhauri to uasculum. & iterum ad quartam usq; horam in aquam demittito, itemq; ad eandem uasis partem aquam ascendisse conspicatus, ipsam statim effundito, denuoq; in eam demisso uasculo quintam similiter horam explorato, cumq; & in hac ad eundem locum aquam peruenisse comperias, deinde in sexta & reliquis deinceps usq; ad duodecimam si prorsum ita fieri cognoueris, recte depictũ esse horologium tibi persuaseris, quandoquidẽ propositum demonstrauit: propositum erat aũt, in duodecim æquas portiones totius diei tempus esse di

B stributum. porrò numerum hunc tanquam omnium utilissimum delegerunt, dimidium enim continet, & duplum, & quartum, & sextum, & duodecimum, quæ nullus alius post ipsum numerus usq; ad uigesimumquartum continere uidetur. Hunc etenim tanq; longiorem repudiarũt, & duodenarium numerum ueluti cõmoderatum iudicantes, in tot particulas totius diei tempus diuiserũt. Hãc autem partitionem ex usu esse alij multi & Romani ipsi experientia comprobantes atq; utentes ostendunt: siquidem hæreditatem omnem, cum testamentũ condunt, in duodecim portiones distribuunt: & ponderum ac mensurarum, quibus in uita opus est, plurimas in duodecim partes diuidũt. tu uero si iubeas, tibi per methodum horologium

C depinxero, ac deinde, siue in duodecim partes, siue in alium quempiam sequentem numerum integrum diem partiri uolueris: in illo profecto id, quod proposueras, itidem factũ esse comperies, quando & perforatorum uasculorũ mensuræ respondeant, & omnino inter se depicta horologia consentiant, eo q; ultimæ in ipsis lineæ diei fines cõcludant. ad hunc sanè modum & uasculi, quod græci clepsydram uocant, fabricam ratio methodo resolutoria uestigans inuenit, cuius iterum experimentum uel plebeijs hominibus euidens est: summa enim eius linea duodecimam horam significans excelsissimum locum habet, qua parte clepsydra longissimũ diem dimetitur: breuissimum uero, ubi linea breuissima est: inter utranq; media

D est, æquinoctium quæ declarat: ac deinceps quartam pertransiens perinde omnes anni dies metieris: quod in medio interest usq; ad æquinoctialia foramina in clepsydræ labris tibi prædictos quatuor dies significabit: à quibus foraminibus post id, quod longissimum diem significat, inuenire scilicet incipiam, usq; ad quam partem altioris in clepsydra lineæ hora duodecima transacta aqua perueniat, post illa uero rursus item tertia à duodecima conuersione unam illam in clepsydra lineam, quam celsissimam esse dixi, dimetientẽ reperies: quinetiã & alias lineas, quęcunq; excelsissima inferiores sunt, alias horas metientes inuenies, quartam quidẽ à duodecima: omnibus autẽ anni diebus undecimam horam significant secũdum eius differentes partes, ut de suprema ante dictũ est: ac

deinceps

deinceps quintam, aut sextam horam secundum diuersas partes significātem, atque item sequentem septimam, octauam, aut nonam, ac reliquas usque ad imam lineam horam primam inuenire in solaribus horologijs clepsydra iam aquę plena tibi patefiet: quemadmodum & quarta & reliquæ usque ad duodecimam inter se quidem æquales singulis quibusque diebus apparent, ad alias autem aut præteritas aut futuras relatæ inæquales.

IX Deinde methodum hanc inuenire non cupiuisti, heus tu, quid est tandem? non'ne tuam inanem scientiæ persuasionem percepisti? quisquis proposita hęc ignorat, non per anni spacium, aut, rectius ut dixerim, non in omni uita inuenire ualeat: neque enim hęc unius hominis uita adinuenit, sed paulatim linearū scientia prouecta est: primo quidem elemētaribus in ipsa præceptis ab aliquo uestigatis: postea cum hæc inuenta sunt, posteris hominibus deinceps contemplationē illam summopere admirabilem, quam resolutoriam nominari dixi, proponētibus, seseque in ipsa & alios, qui uoluerint, quàm diutissime exercentibus: neque tamen aliquod huiusmodi manuarium opus, qualia hactenus de solaribus horologijs atque clepsydris declarauimus, architectari potuerunt. At neque temerarij erant, neque arrogantes, qui huiuscemodi res indagabant, quales isti, qui sapientiam se quærere, aut inuenisse gloriantur: illi autem uerissimo sese honore decorantes, facultatem, quam in anima optimam habebant, exercere, & ad finem perducere cupiebant, rationabilem scilicet dico, qua exercitata, & bonum habitum sibi congruentem adepta longe maiores uoluptates, quàm illi, qui corporis uoluptatibus perfruuntur, accipiūt. nulla etenim alia quadam facultate ab hircis, uermibus, porcis, pecudibus, atque asinis distamus: neque ulla alia contemplatio ingenui uiri animum uehementius, quàm hæc resolutoria facultas, oblectat, cum præsertim in ipsa quispiā magnos progressus fecerit: inter initia uero, quemadmodum & aliæ ferè omnes disciplinæ, laboriosa est. quòd si nihil etiam delectationis afferret, cum tamen in rebus maximis nobis usui futura sit, in ipsa exerceri optimum fuerit: cum illud præcipuum (ut modo diximus) habeat, ut quantam uoluptatem afferat, res per ipsam inuentæ declarent: quod in his, quæ à philosophia indagata sunt, neutiquam repertum est. quo circa eis, qui in ipsa petulantius garriūt, impudentibus esse licet. neque enim, ut qui horologiū clepsydrámue haud recte designauerit à re ipsa euidenter coarguitur, sic & philosophiæ præcepta euidenti examine refutantur: uerum, ut quis uoluerit, ei dicere licet, cum semel impudens absque rationali methodo ab ipsis rebus sese edoceri affirmat. quod si eos solos res uocem adeptæ allocutæ forent, haud ab re sese iactarent ac gloriarent: at cum res sileant, neque nos, neque illos alloquātur, iam satis patet, solam, quæ in nobis est, rationabilem facultatem rerum naturam exploratū ire. res igitur inuenire potens id prius in rebus euidenter hoc testantibus demonstrato, & methodū nobis dicito, cui omne problema resolutorie subijciat, ac uerarum falsarumque rationū similitudines depromens ostendito rationi, cuius uitiū deprehendere liceat, ei in rebus obscuris nō esse fidē habendam certum est. omnia hæc homines recte dicta esse cōsentiunt, præter istos temerarios & falsa doctrinę persuasione inflatos, quibus ad ueritatē uia neque longa admodū est, neque eiusmodi, qualē Hesiodus ad uirtutē esse cecinit, sed breuis ac plana, aut potius nulla est. nempe si res ipsæ naturā suam omnes homines edocēt, nō decet in rationalibus methodis sese exercentes, frustra operā & oleum perdere. nōne igitur ó maxime cunctos sapientia excellere uobis persuadētes, hoc saltē nobis alijs, qui nondū sapientiam uestrā assecuti sumus, manifeste cōcesseritis, omnes homines oportere omnium rerum ueritatē cognoscere, quādoquidem ipsarū natura seipsam patefacere abunde ualeat.

X Tergiuersantur iterum, cum ita fuerint interrogati, nō omnesque, aiunt, à rebus edoceri. quinam igitur sunt isti, quos res ipsæ edoceant, nobis iterum percōtantibus, se ipsos solos aiūt. quid enī aliud respondere queant, iactantiā, scilicet quam ab initio professi sunt, tueri constituentes? At profecto nos istis de se quicquid uelint pronuncianti bus nequaquam credimus: cur enim proh dij immortales solis his res ipsæ naturam propriā declarauerint? num idcirco quia nihil ex primis disciplinis perceperunt? Sed hoc merū mendaciū est: alij etenim plerique ne illas quidē ulla ex parte delibarūt. quod si rationabilē animę uim in disciplinis exercuissent, effectus id eos posse facere testaretur. atqui nondū eiusmodi contemplationem attigerunt. dicent autē forsan, solos se perspicaces à natura creatos, atque res acutissime cernere, quemadmodum Lynceus subterranea intuebatur. quid igitur, si adeo acri admirabilique ingenio sunt, in id genus propositis excutiendis, quorū inuentio ueridicos esse inuentores manifestat, planè ridiculi conspiciuntur? nullū enim eorum isti unquā inuenire potuerunt: quin & eorū inuentoribus declarantibus ac edocentibus alij sanè discunt, isti uero soli & inexercitati, & ingenio tardi percipere nequeūt: deinde me amici prouocāt, ut an aliquis ex ipsis forte me intelligere possit, experiar. sed nullus ipsorum, quod dixi, recitare ualet. Quænam itaque cæcitas in proprijs dignoscendis uitijs hac istorū ignoratione maior est? quòd uulgaribus hominibus se se rudiores cum uideant ad ea percipienda memoriæque mandanda, quæ ab arithmetica, geometria, architectonica, astronomiaque reperta sunt, postea philosophiæ abstrusissimos locos adeo facile exploratos sese habere censeāt, ut res ipsas sese ostendere absque demonstratione, rationalique methodo contendere audeant. porrò quod sponte inter se adulentur, neque ueritati inueniendæ operam nauent, ex eo scire licet, quod de re aliqua singuli inter suos tantū discipulos disserunt, omnesque alios tāquam aberrantes calumniantur atque uituperant: ego uero si in unum eos locum cogere uelim, id non ferunt, sed statim uerecundiā prætexunt, neque se coram

ram hominũ multitudine ſermonem habere poſ- A
ſe confirmant: nihilominus ipſorum alius uiginti
auditores habet, alius triginta, & nonnunquã plu
res, neq; inter illos dicere erubeſcunt. uerum ego
ſi tres aut quatuor eorũ ſermonibus intereſſe uo-
luerim, exẽpli cauſa platonicos quatuor, tres aut
quatuor epicureos, totidem numero alios ſtoicos
et peripateticos, ad hos tres academicos, aut uoca
tos ſcepticos, hoc eſt, cõſideratiuos, ut omnes ex
philoſophia uiri uicenariũ numerũ expleant, præ
terea ultra enumeratos ſi totidem adſint, qui ratio
nalem potentiã in mathematicis exercuerint, ſed
philoſophicos ſermones ignorẽt: tunc nullus iſto
rum eiuſmodi uirorũ cõſpectũ ſuſtineat. Semel ta
men aliquãdo ab hominibus nulli ſectæ addictis,
in dicendo autẽ exercitatis coacti eiuſmodi homi B
num cœtibus intereſſe ſuſtinuerũt, & dum ipſi in
ter illos altercarent, ſuaſq; rationes multoties con
glomerarẽt, aliquis interim geometra ſuperuenit,
acceſſerunt & medicorum nõnulli, & alij quidam
dicẽdi ſtudioſi, & mathematicis diſciplinis inſtru
cti, eas quidem, ut quæſtum facerent, exercentes,
& nulli in philoſophia ſectæ inſeruientes. atq; tũc
ut mihi moris erat, ab ijs petij, ut iſtorum philoſo-
phorum rationes dijudicarent: tunc eorũ quidam
optime cõtrouerſiam ſedari poſſe, inquit, ſi in id,
quod mundum continere iſti aiunt, uacuum pro-
fecti, experiamur nunquid in eo poſitum corpus
una in ſede manere, an & ad alium quoq; locum
transferri aptum ſit. alijs quidem omnibus hæc di
cta placuere, ſoli ipſi inter ſe, nobiſcũq; rixare nõ C
deſtiterũt, probabiles rationes à neceſſarijs diſtin
guere nequeuntes. Poteſt enim corpus in uacuo
uno loco manere, poteſt & non manere, neutra ſe
cta neceſſariam demonſtrationem habente.

XI Sed iam mihi tempus aduenisse uidetur, ut
& ego aliquid in mediũ afferam, parum ſanè ſpe-
rans ab iſtis ſuam inanem ſcientiæ perſuaſionem
relictum iri: neq; tamen id ipſum exiguum eſſe du
xi, ipſam uidelicet non intentatam relinquere. id
igitur ab omnibus cõceditur, omnem demonſtra
tionem ab euidentiſſimis inchoari: ſed illico pri-
mus ab ipſis ad ignota tranſitus ab academicis &
conſideratiuis appellatis philoſophis non conce-
ditur: inter nos uero id conuenit, (quod illorũ am
biguitatẽ auget,) diuerſum ab euidẽtibus id eſſe, D
quod inuenimus. cum enim ex euidẽtibus aliqua
intelligentiæ, aliqua ſenſui euidentia ſint: inter ſe
nonnunquam hæc pugnare uidentur, atq; in pri-
mis hoc ipſum homine exercitato eget, hæc neuti
quam inter ſe diſſidere oſtenſuro. ſecundũ ab hoc
maximum eſt, quæ euidenter clara ſunt, huiuſmo
di eſſe cognoſcere: quidam enim temere, nõdum
clare apparentibus perinde, ac talia ſint, aſſentien
tes falluntur. ſed quid mirari opus eſt, id in rebus
intellectui claris temerarijs hominibus accidere,
id ipſum cernens & in ſingulorum ſenſuum actio
nibus quoſdam cõmittere, cum ex longiore ſcili-
cet interuallo, ꝙ uidendi requirat potẽtia, aliquẽ
accedentem intuiti, exempli cauſa Dionem eſſe
qui accedat, tanquam exacte conſpicati affirmãt,
atqui iſte propius accedens interdum non Dion,
ſed Theon eſſe uiſus eſt. itaq; ſi procul & propè
uiſorum imago non differret, minime de his, quæ
procul aſpiciuntur, inter ſe diſſidentes, neq; redar
guerent unquam, neq; redarguerentur: ſin alia ue
ro eſt propè uiſorum, alia non propè uiſorũ actio,
qui non experiuntur eam quæ ex propinquo fit,
haud iniuria nonnunq; decipiuntur. hoc igitur an
te omnia memoriæ mandato, anteq; & tu interdũ
nimis inconſiderate ad intellectui manifeſta per-
tranſeas: ne aliquod uiſibile procul accedẽs equũ
eſſe uerbi cauſa dixeris, quod propius cum fuerit,
Theodorus eſſe cognoſcatur: aut potius te in om
ni uita ab huiuſmodi tam facili aſſenſu abſtineto,
quem procliuitatem & temeritatem nominant.

XII Mihi ſanè id tantum de me tibi dicere li-
ceat, nullus me unquam ita deceptum eſſe oſten-
dere poterit. ab adoleſcẽtiæ nanq; temporibus ita
me ſemper aſſuefeci, ut tam in his, quę ſenſui, ꝙ in
his, quę rationi manifeſta uidentur, ab inconſulto
& pręcipiti aſſenſu cauerem: ad quæ tranſiens iam
tibi iterum in memoriã reuocare hortariq; te de-
creui, ut nulli falſo fidem habeas, ut quotidie per-
multos amicorum alicui quæuis loquẽti aſſentiri
uideo: ꝙ ſi duo, tres, aut quatuor idẽ dixerint, non
renitũtur: ſed cum uni aſſenſi planè fuerint, idem
tribus aut quatuor dicentibus temere aſſentiũtur:
neq; illud perpendunt, utrum iſtos omnes ex una
cõmuni cauſa uerum dicere, aut contrà ex una cõ
muni cauſa mentiri liceat. ſatius igitur fuerit hic
cunctari, quemadmodũ & ego facere ſoleo, & ſi
ꝙ maxime deridentes me, incredulum temere aſ-
ſentientes nominẽt. igitur nõnulli ex amicis meis
ſunt, qui cum aliquem peregre aduenisse de quo-
piam audiuerint, ſtatim mihi ueniſſe hominem re
nunciant: ſed paulo poſt mendacij conuicti & à
me reprehenſi, tantum abeſt ut in poſterũ ſeſe cau
tiores præſtent, ut etiã ægre ferentes mihi iraſcan
tur, dicantq; ſe non eſſe mendacij autores, ſed cui-
dam illud dicenti crediſiſſe, eiuſq; peccatum eſſe
non ſuum, propriam in aſſentiendo inconſultã te
meritatem conſiderare nolentes: nempe ſi, ut ego
dicere conſueui, hominẽ hunc mihi hæc de re hoc
dixiſſe, hunc in modum & ipſi auditos ſermones
referrent, haud profecto mentirentur. nunc uero
dum mendaciũ referenti credentes falluntur, non
illum modo, uerumetiã ſe ipſos mendaces eſſe de
monſtrãt: Licebat enim ipſis nõ aſſerendo, illum
quęcunq; tandem amicũ peregre rediſſe dicere,
ſed id ſe ex hoc aut illo audiuiſſe. quãdoquidẽ igi
tur huiuſmodi rebus ipſorũ haud multo poſt men
daciũ declarantibus, nõ deſiſtunt tamẽ propenſe
nimis fidem adhibere, quid in abſtruſis atq; recon
ditis ipſis accidere putandũ ſit? quas percipere ſa
nè ꝙ difficile eſt: facilius quidem fuerit unius rei
ſemper meminiſſe, ꝙ in exacta cognitione perſi-
ſtere: difficillimũ aũt iccirco fuerit, quoniã id ip-
ſum facere pleriq; recuſant. mihi uero huiuſce prę
cipitis audacię cauſam quęrẽti omnia hęc ipſi age
re, ut reliq̃s ingenio pręcellere cẽſerent, uiſi ſunt:
celeriter enim quoduis aut ſenſu aut intelligentia
conſe

consequi laudabile est: quod solum isti homines intuentes sese uicino apprehesionis celeritate meliores probaturos esse confidunt, cum tamen non apprehensionis, sed ignorātiæ potius celeritatem ostendant.

XIII Hæc itaq; à me generatim aduersus omnes temere aliquid pronunciantes inuenta dicere uolui. Cæterū ad istos rursum philosophos reuertamur, qui inconsiderate de corporibus in uacuo stantibus, aut descendentibus sermocinantur. Architectus nanq; ita non affirmasset prius, quàm in ipsum mundi uacuum egressus rem experiētia comprobasset, atq; unumquodq; in uacuo positū corpus aut eundē locum obtinere, aut in alium transmutari apertissime conspexisset: eiusmodi nanq; ad demonstrationes constituendas principijs euidentibus, ac sine cōtrouersia ab omnibus concessis ipsos uti cognouimus: at uos philosophantes quorum nullam certam notitiam habetis, ea quàm clarissime dignosci posse cōtenditis. Proxime duos altercātes philosophos audiui, alteri enim eorum aqua lignis grauior esse uidebatur, contra alter ligna grauiora esse defendebat, uterq; autem susq; deq; longas rationes conuoluens afferebat. caput præcipuūq; alterius philosophi argumentū erat, constrictam densamq; substantiā grauiorem esse, quocirca ligna quàm aqua, grauiora essent. alterius ratio potissima fuit, aquæ minus uacui quàm lignis inesse, ideo ipsam quoq; grauiorem esse debere. hęc uero dicebant prolixis sermonibus non demonstratiuis sententiā suam roborantes, tanquam ipsis rem sensu dijudicare (quemadmodum & nos facere nouisti) nō liceret. sed ipsum philosophi adhuc dicere uolentem interrogauerunt, quis nam esset modus, per quem euidēter apprehendi posset, utrum ipsorum grauius esset. neq; enim in lancibus id fieri posse dicebant, quemadmodū neq; ex uase pleno. etenim expendere lignum possumus, nō tamen uas aliquod ipso replere: quod rursum aqua implere ualemus. hæc igitur istis (ut soliti sunt) garrientibus ridens architectus inquit, nimirū uos omnes opinione sapientiæ imbuti eiusmodi semper estis, quæ extra mundū sunt, de quibus coniectura notitiam accipere solum contigit, scientifice autem comprehendi nequeunt, cognoscere uobis persuadentes: hæc aūt, quę ad manum sunt, uel imperitis hominibus interdum patentia penitus ignorantes, quemadmodum & id ipsum in præsentia propositū, aquæ scilicet ac ligni pondus exquirere. omnibus igitur, qui ibi aderant, architectum rogantibus, ut quo pacto ligni & aquę grauitas inter se comparari dijudicariq; possent, edoceret, ipse quidem breui & aperte, ut omnes præter solos philosophos intelligerent, explanauit: ab illis uero bis et ter eundem sermonem repetere coactus est, uixq; tandem sic rem apprehendere potuerunt. quocirca iure, inquit architectus, permulti nihil istis præter inanem scientiæ persuasionem inesse prædicant: stulti nanq; & ingenio hebetes in rebus omnibus obscuris & reconditis conuincuntur isti uano sapientię nomine prędíti, in notis uero et apertissimis hęrēt atq; allucinant.

XIIII Tunc ego hæc eius sermoni subijciēs haud iniuria id ipsis accidere, dixi, quandoquidē, ut à per se notis ad ignota transeundū sit, nunquàm discere laborarunt, neq; in illis sese rebus exercere, quæ recte inuenientium ueritatem comprobare, non inuenientiū autem errorem coarguere queant. cæterum, ut rideatis, inquit, istorumq; fastus quantus sit, cognoscatis, unum aut duo ex ijs, quę huiusmodi homines supercilia contrahentes incōsiderate proferunt, recitare decreui, primumq; illud præcipue dixero. posteaq; peripateticus quidā philosophus accessit unicū esse mundum asserens, eumq; plenum, extra quem nullum esset uacuum, quemadmodū neq; intus: duplici differentia, dixi, ab hoc philosopho uterq; istorum discrepat, ostendi autem stoicum philosophum, & epicureum: stoicus enim in mundo quidem nihil uacui, sed extra mundū uacuum esse locum asserit: ambo hæc epicureus concedens in alio quodam ab ipso dissentit. neq; enim unum esse mundum, quemadmodum stoicus in hoc sanè peripateticis assentiēs, opinatur: sed quemadmodum uacuum magnitudine infinitū, ita & mundos in ipso multitudine infinitos esse contendit. Ego uero, quæ isti tres suis somnijs patrocinari uolentes dicerent, audiui, ipsosq; nulla ratione demonstratoria, sed probabili & cōiectrice muniri exactissime cognoui: interdum uero neq; tali. cognoscetis autem quod nō mentiar, si eos singulos, ut in hoc idem propositum aliquam demōstrationem afferrent, prouocauerimus. hoc modo itaq; ea, quę in libris ipsorū scripta esse nouimus, differebāt: omnibus autem præsentibus clarissime nullus ipsorum rationem necessariam, aut linearum demonstrationi consimilem, sed ex argumentatiunculis, quibus rhetores uti solent, compositam afferre uisus est. sed hactenus de diuitibus sermo habitus est. Ad nos igitur ipsos, quicunq; diuites nō sumus, reuertamur: iterumq; aliquem ex sapientibus percunctemur: num æquum sit seipsos solos ueritatē cognoscentes prædicare ab omnibus alijs tū imperitis, tum philosophis damnatos. illud nanq; grauissimum est, (dicebā) singulos uidelicet philosophos extra propriū gregē à nullo alio laudari. quem igitur alium omnes philosophi iudicē, præterquàm ipsa sensibus euidentia expectabūt? aut ex omnibus rationalibus artibus arithmeticos, ratiocinatores, geometras, astronomos, architectos, iurisconsultos, rhetores, grāmaticos, musicos: etem qui seipsum iudicat atq; coronat, aliorum iudicum si expectet sententiam, omnibus suffragijs condemnabitur. Hæc in præsentia de uitijs abunde dicta sunto.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI GALENI DE CONSVETVDINE, qui Latine tantum, Nicolao Regio interprete, Græce uero nondum publicatus est.

Cap. 1. Consuetudo una est ex curatiuis intentionibus, eaq; magni momenti. Non statim negandum est aliquid ceu prorsus nō sit, quod cur & quomodo sit nō satis assequimur. Qui tollunt indicationem ab assuetudine, ita impugnant, ac si ab ea sola indicationem sumi rationales medici dicant. cum illi tamen consuetudini locum non dent, nisi aliæ etiā indicationes consenserint.

Historia Aristonis, qui cum gracilis esset, os uentriculi frigidissimum haberet, potum semper calidum bibere cōsuetus, morbo correptus (in quo frigidæ potus plurimos iuuerat) & à medicis imperitis frigidā bibere coactus, cōuulsus obijt. Galenus de seipso, ꝙ multos ægros in feruidis febribus, ubi nullum uiscus inflammatum erat, frigidæ potu liberauerit, prædicens nisi ea uterentur spem salutis nullam esse: sin uterentur, non exiguā.

2. Hippocratis & Erasistrati testimonia, de ui consuetudinis omnino medicis obseruanda. 3. Quas ob causas magna uis sit cōsuetudinis: & primum circa cibum & potum. Quòd alij alios cibos propter consuetudinem facilius concoquant. Concoctio quid sit, & quo modo fiat. Alia alijs animalibus secundū genus et species differentes nutrimenta esse: et homines etiam alios concoquere, quæ alij nequeunt. Alimentorum differentia secundum suauitatem, et cōtra: & secundum succos uel humores, qui ex eis gignunt. Nutrimentū etsi mutetur magis ꝙ mutet, non exiguam tamen in ipsius etiam potentia uim esse: Exemplum ab ijs quæ alibi innocua, alibi uenenosa proueniunt. 4. Quomodo uis aliqua consuetudinis sit in his, quæ extrinsecus occurrunt. Cutim & superficiem corporis primum ab eis affici, deinde paulatim etiam interiora. Quid frigus externum efficiat, quid calor. Calor aliter ab initio, aliter ubi diutius durauerit, corpora alterat. Aliter agit humidus calor, ut balnei: aliter siccus, ut sol æstiuus exiccans & indurans. Fiunt autem consuetudine acquisita huiusmodi temperamenta, naturalibus similia. Durum & densum corpus à foris occurrentibus non facile patitur: molle & rarū facillime. 5. Exercitio assuetæ partes corporis cōfirmantur, & ingenia similiter exercitatione disciplinarū sapientiora fiunt, per ignauiam deteriora: quod uerbis etiam Platonis ex Timæo probat: additq; nonnulla ex eadem de tribus animæ partibus & diuersis studijs animæ principalis.

Titulus 2.

Hippocratis de exercitijs corporis sentētia: quodq; ea moderata esse cōueniat, nō nimis intēta, neq; remissa. Similiter rem se habere circa memoriam, cogitationes, & quæstiones rationales. 6. De euacuatiōe fieri solita per diuersas corporis partes, uel spōte, uel per medicū, & de præseruatiua euacuatione, etc.

CL. GALENI DE ASSVETVDINIBVS LIBER

NICOLAO REGIO CALABRO INTERPRETE



CVRATIVARVM intentionum unam ab assuetudinibus existimātibus existere non solū optimis medicis, sed & omnibus hominibus: quidā omnibus bonis æmulantium conantur ei detrahere, interrogātes nos propter quid nocitus quis secūdum primū usum ab ouinarum carnium esu, coactus iam secundū unam quanq; diem comedere eas per totum mensem, nihil amplius nocebitur, uel insuetis minus: deinde quodcunq; utiq; dicamus, euertentes sermonem, æstimant simul cum hoc & rei essentiam interemisse: queadmodū siquis uniuersis cōtradicens eis quæ de modo quo uidemus opinionibus, neq; uidere nos concedet. Quoniam igitur maxima pars ad sanationū inuentionem ea quæ ab assuetudinibus est, euidenter apparet: & propter hoc quidē Hippocrates in aphorismo scripsit quadragesimo nono secundę particulæ. Assueti assuetos labores ferre, & si fuerint imbecilles aut senes, insuetis & fortibus iuuenibus facilius ferunt. Amplius aūt pertransiit in lib. de diæta acutorū ea quæ ex insueto nocumēta, & ea quę ex assuetiori. Erasistratus aūt eodem modo in secundo de paralysi de omnibus assuetudinibus, similiter Hippocrati uidet cognoscens: & adhuc cum his ueterū medicorum nō est qui non confessam & incontradicibilē causam dixisse uideatur. Etenim qui causam siasibilē uidentur inuenisse secundū materiam, alij unā, alij aliam inuenerunt. Quidam enim in cibis solum, alij uero in exercitijs uel adinuentionibus, in omnibus autē materijs nullus. Quocirca & de frigidatione quam in acutis ægritudinibus facimus, multoties cōtra operantur nobis aliqui, prohibentes quidē dari febrientibus, iubentes aūt nos contentos esse eis indicationibus, quas à patientibus particulis, uel locis, & ea quæ in eis dispositione, ætateq;, & regione, & hora, adhuc aūt ipsius laborantis crasi, & uirtute assueuimus sumere: ridiculosum esse dicentes, si phlegminante hepate, uentre, uel aliqua ita præcipuarum particularum concesserimus, frigidi potatori frigidum afferre potum, propter nil aliud ꝙ propter assuetudinē. Similiter enim hoc esse aiunt huic, scilicet concedere balneari frigida ita assuetos & si febriant: tanquam utiq; nobis omnibus qualitercunq; ægrotantibus assueta agere cōcedentibus: sed nō cum omnibus alijs intentionibus, & eam quæ ab assuetudine assumentibus. Aristo deniq; Militinensis uir primatū tenens in peripatetica theoria, ęgritudinē incidens à frigidi potatione iuuari potentē, propter id ꝙ nunq; huiusmodi attulit potum, prohibuit cōsulentes bibere, scire aperte aiens, quoniā spasmabitur gustans frigidū: Etenim in alio hoc dicebat uidisse, corporis habitu in cōplexione simili sibi, & calidi potationis cōsuetudinem habente. Si uero esset ei consuetu

ſuetudo quemadmodũ alijs potationis huiuſmodi, maxime quidem neq; ipſe timeret eius oblationem. Hic uero & hæc paſſus eſt. Coegerunt enim utiq; aſſiſtentes medici omnino eum. Ille quidem ita mortuus eſt ut didici. Interrogantibus uero me adueniẽtibus ei moriẽti, utrum ſicut in alijs auſus fui, his quidem per totam ægritudinem, his uero in aliquo tempore dare frigidum uerentibus medicis, ita utiq; auſus fuiſſem facere & in illo, uel bene conſiderauit ſui ipſius complexionem homo: Reſpondi eis recte eum cõſideraſſe: ualde enim erat gracilis: & os uentris frigidiſſimum habebat à principio ut ſingultaret confeſtim, ſi quãdoq; breuiter infrigidaretur. Sed quemadmodum hic non utiq; ſuſtineret frigidi potum propter diſſuetudinem, & corporis naturam, & nimirum ægritudine indicante: ita alijs dedi ualde audens, ſi caſus certus febris fuerit nullo apparente uiſcera phlegminante. Nõ ualde autem audax ſolum, ſed etiam prædicendo proprijs laborantis ſiquidem non biberit, mori omnino hominem: ſi autem biberit, plurimas ſpes habere ſalutis: ita dedi, & cũ deo dicendo omnes liberati ſunt qui ceperunt.

II Quocirca diuturna experientia approbato auxilio, ad cauſę inquiſitionem eundum eſt: rememorantes prius eorum quæ ſcripſerunt Hipp. quidem in libro de diæta acutorum: Eraſiſtratus autem in libro de paralyſi. Igitur Hippocratis quidẽ ſeries ita habet. At uero bene diſcibile eſt uſq;, neque bis coquere cibaria. Deinde infra adijciens qualiter utiq; quis nocumentum horum ſanet copulans, rurſus de tranſgredientibus aſſuetudinem ita ſcribit. Adhuc autem magis utiq; laborabit hic talis uſq;. Si uero quis multo tempore euacuationem uaſorum paſſus repente cœnauerit, adhuc magis utiq; grauabitur. Poſt hoc rurſus Hippocrates quemadmodum & ante, correctiones quaſdam fientis nocumenti in eis qui præter conſuetudinem euacuationem uaſorum paſſi ſunt ſcribẽs, deinceps rurſus ita ait. Multa uero fraterna his de uentre & alia dicet uſq;, neq; illud poſſe repente alterata. Ab Hippocrate quidem igitur ſufficiunt quæ uſq; huc ſcripta ſunt exempla uirtutis aſſuetudinum: Eraſiſtratus autem in ſecundo de paralyſi ita qualiter ſcripſit. Oportet autem ualde multam cõſiderationem facere de aſſuetudine & diſſuetudine debentem ſecundum modum mederi, uſq; ſi debet in non multis eorum quæ ſecundum medicinam claudicare. Hæc quidem glorioſiſſimi medicorũ Eraſiſt. & Hipp. dixerunt de uirtute aſſuetudinũ, nõ rationi intentionẽ eorum attribuentes, ſed ex aperte apparentibus docti. Quemadmodum quippe et alios homines quicunque non ſicut ſues uel aſini uiuunt, ſed aſſequuntur à quibus iuuantur & nocentur, licet audire quotidie dicentes aſſuetos eſſe circa hunc cibum & hunc potum, & propter hoc non poſſe relinquere eos, etenim nocẽtur ſecundum tranſitus. Similiter autem & de adinuentionibus aiũt, puta in balneatione, equitatione, uenatione, curſu, lucta, uigilijs, ſolaribus, ſtationibus, infrigidationibus, ſolicitudinibus, & quibuſcunque alijs huiuſmodi.

A

III Contemnentes igitur & nos eos qui nihil uel ualde parum æſtimant ad curationem conferre eam quæ ab aſſuetudinibus intentionem, ſcrutemur quæ eſt cauſa q multum poteſt aſſuetudo, & ſiue una quædam eſt, uel ſecundũ ſingulam materiam alia. Dico autem materiam in qua conſtituta eſt aſſuetudo, puta ut dixi cibos, uel potus, uel exercitia, uel balnea, uel aliquod aliud tale. Et principium ab eis quæ comeduntur & bibũtur faciamus. Cur igitur eorum qui bouinarũ carnium eſu aſſuete utuntur, quidam quidem non omnino nocentur, quidam autem minus quàm ante? uel propter quid & naturaliter mox, ut ipſe Eraſiſtratus ſcripſit, facilius digerunt bouinas carnes ſaxatilibus piſcibus? Sed horum cauſa quidem dicta eſt ſecundum eam quæ de naturalibus uirtutibus operã. Dicetur autem nunc & parum poſt in ſermonis communione. Nunc autem ab eis qui propter aſſuetudinem melius digerunt quencunq; cibum, doctrinam faciamus, communem ſuppoſitionem facientes ad hæc omnia & ea quæ naturaliter quibuſdam ſunt propria, & quę non propria. Dictum eſt quidem deinde amplius de omnibus his ſecundum naturaliũ uirtutum operationem. Incipiamus autem & nunc ſermonem, digeſtionis intelligentiam proponentes. Quemadmodum enim panes frumentarij dicuntur coquere, non quãdo molentes & diuidentes in tenues particulas cõminuerunt frumenta, ſed tamen quando ſuper hæc hoc madefacientes aqua, & fermento miſcentes, deinde cooperientes aliquo fouentium dimiſerint, donec utiq;, ut ipſi uocãt, fermentetur, & poſt hæc per clibanum aſſent: Ita & in eis quæ in uentrẽ tranſglutiuntur, nõ quando in eum tranſglutita fuerint, digeſta eſſe aimus, ſed quando, ſicut quæ coquuntur frumenta, ſecundũ qualitatem tranſmutationem habuerint. Quemadmodum autem in panibus in propriam nobis comedentibus duci oportet qualitatem id quod comeditur triticum: Ita in uentre: adhuc & magis in propriorem. nomino autem propriorem alteram altera, ſecundum ſimilitudinẽ futuri ex ea nutriti corporis. aliud enim alij corpori nutrimentum proprium eſt, & propter hoc animalia ad propria ueniunt nutrimenta indocte à natura ducta: ſubiugalia quidem ad herbas, paleam, fœnum, & hordeũ, leones uero ad carnes, ſicut demũ & leopardi & lupi. Quemadmodum autem in animalibus ſecundum genus nõ parua differentia propriorum uniuſcuiq; nutrimentorum eſt: Ita & ſecũdum ſpeciem in generibus inueniuntur differentiæ magnæ: his quidem neq; guſtare potentibus uinum, q multũ autem alijs intriſtanter bibentibus: & his quidem ut dictum eſt, boum & hircorum & arietum carnes cum delectatione quidem comedentibus, digerentibus autem intriſtanter: his uero neque odorem eorum ſuſtinentibus, neq; eſum. & ſi propter inopias cibi alius, quemadmodũ in fame fit, coegerint ſeipſos aſſumere huiuſmodi carnes, neque digerere potentibus eas ſine nocumẽto, euerſis

B C D

ſis appetitibus in oblatione, grauatisq; confeſtim, et ſi utiq; eructuatio eis fiat, neq; hanc intriſtanter tolerantibus. Quoniam autem hæc ita habere uidetur, primum quidem illius oportet memorari, ſcilicet afferre homines delectabilius alijs alia ſecundum familiaritatem naturæ, uenireq; ad horũ eſum magis, quemadmodũ & bene digeſtibilium eſſe eis uiſorum, auertere autem & fugere ab indelectabilibus ut à diſdigeſtibilibus. Itaq; & ſignum eſt tunc aſſuetudo proprietatis naturalis. Quoniã autem & ut cauſa ſit multoties, manifeſtum eſt ex diſpoſitis quidem indelectabiliter, uel cum nocumento ab aliquibus in principio. Si autem paulatim eam quæ ad ipſa aſſuetudinem ſuſtineãt, neq; indelectabiliter adhuc diſpoſitis, neq; cum nocumento. Cauſa autem & huiuſmodi talis quædam eſt, quemadmodum alteratur ſecundum qualitatem comeſtorum et bibitorum ſingulum, ita & id diſponit aliqualiter id quod alterat. Ineſt autem & huiuſmodi ſumere argumentũ ex generatorum humorũ differentia ab unoquoq; ciborum. Ii quidem enim melancholicum humorem generant: illi uero phlegmaticum, uel choleram, & xantham nominatam choleram non modicam habentem: quemadmodum aliqui purum ſanguinem. Diuerſitatem igitur & in eis quæ nutriuntur particulis, quandam neceſſarium eſt fieri adinuicem ſecundum nutrientis ſanguinis ſpeciem. Euidẽs autem argumentum nutrientium aſſimilationis ad nutritum plantarum eſt & ſeminum transmutatio uſq; in tantũ fiens multoties, ut quæ nociuiſſima in alia terra replantata, in alia utiq; non innociua ſolum, ſed & proficua fiat. Multa enim eſt & horum experientia eis qui agriculturalia & de plantis monumenta compoſuerunt: quemadmodum demum & ipſis qui de animalium hiſtorijs ſcripſerunt, eius quæ ſecundum regiones fit tranſmutationis. Quoniam igitur non ſolum alteratur quod nutrit ab eo quod nutritur, ſed id aliqualiter alterat breui quadam alteratione: neceſſarium eſt breuem hanc digna ratione in tempore fieri, ut inæqualitatem accedat proprietatis naturalis ea quæ à diuturnis aſſuetudinibus.

IIII Igitur in eis quidem quæ comeduntur et bibuntur, inuenta mihi eſſe uidetur cauſa uirtutis aſſuetudinum. De ea uero quæ extrorſum nobis occurrentium, uideamus deinceps: uidẽtur enim & ipſa eandem ſecundum genus habere cauſam prædictis. Alterationem igitur aliquam operantur ſecundũ corpus: maxime quidem earum quæ in ſuperficie particularum: iam autem & earum quæ in profundo poſt exteriores: impilatur quidẽ enim, & colligitur, & ſtringitur, & denſatur cutis, primum quidem ab infrigidantibus, deinceps autem & huic proxima: & ſi utiq; in tẽpore ampliori eandem alterationẽ patiatur corpus, & eis quæ in profundo communio tranſmutationis fit. Et ſecundum principia uel per ſenſum confeſtim, uel ſecundum accidens non primo, quæ ab efficiente cauſa tranſmutatio & alteratio non minus eis quę in profundo incidit. Denſata enim cute aceruatur ſecundum corporis totius profunditatem caliditas. Quemadmodum autem infrigidans cauſa prędictas alterationes operatur: ſecundum eandem rationem cõtrarias earum calefaciens. Etenim & natura habent à contrarijs fieri contraria: hæc quidem primo: illa uero ſecundum accidens effecta à contrariantibus: quemadmodum demum rurſus contraria multoties ab eiſdem cauſis fiunt. Quocirca & in calefacientibus ſimiliter decipi accidit. Calida deniq; cauſa puta ſol, quando inhæſerit alicui corpori diu, contrariam diſpoſitionem ei quæ à principio, operatur circa illud: in principio quidem enim æſtuans nos, fundit quidem humores, deprimit autem cutim, & molliorem operatur carnem. Si uero pluribus diebus tempore æſtatis in eo conuerſatus fuerit quis nudus, arida quidem et dura huic fit cutis, duræ uero carnes. Sed in his talibus quidem non ſolius diuturnæ caliditatis eſt opus, ſed copulatę ei ſiccitatis. Et plurimum nos in cogitatiõibus de cauſis decipit hoc, ſpreta ea quæ ſuperplectitur cauſa. Oportet quidem nos conſiderare alteram quidem eſſe humidã caliditatem, alteram uero ſiccam: quod nõ facimus interdum: & propter hoc fallimur, proprium actum uniuſcuiuſq; cauſarũ prætermittentes. Si uero quis aduerterit mente, ſciet cuſtodientẽ alterutra. Quemadmodum enim humiditas quidem ſine caliditate uel frigiditate notabili humectat corpora caliditate calefaciente: ita & cõuentus alterutrorum alterutra apparet efficiens. Igitur quidem ſecundum dulcium aquarum balnea accidit hæc, ſecundum uero ſolis ęſtuationes ſicca cauſa ſuperplectitur calefaciẽti. talis enim eſt æſtiualis ſol. Itaq; conuenienter quicunq; nudi plurimum in eo conuerſantur, quemadmodum meſſores & nautæ, dura & ſicca eorum fit cutis, ſimiliter ei quæ ſolidorum animalium. Quemadmodum igitur naturales corporum proprietates & totius ſubſtantiæ, diuerſitateſq; cutis ſecundum duritiem & mollitiem, & denſitatem & raritatem, diuerſis cibis & potibus indigent, non ſimiliter autem ſibi inuicem omnibus diſponentur calefactæ & infrigidatæ: Ita quæ propter aſſuetudinem fiũt naturalibus proximæ, idem illis retinent iuuamentum & nocumentum ex comeſtorum & bibitorum, infrigidantiũq; & calefacientium alteratione. Rarum quidem enim & molle corpus facile patitur calefactum & infrigidatum: denſum autẽ & durum tolerat quidem & ſpernit extrorſum ei incidentia omnia, non ſolum ſi calefaciant uel infrigident, ſed & ſi durum quid fuerit & aſperum. Quocirca & imas cubationes tolerãt hæc: econtrario diſpoſitis non tolerantibus eas. Etenim facile comprimuntur, & infrigidantur, & omne quodcunq; parate patiuntur.

V Talis quidem deniq; eſt & qui de his ſermo. Qui uero de exercitijs talis. Quæ exercitãtur particulæ corporis, fortiores ſimul & ſolidiores fiũt, & ſecundum hoc poſſunt ferre proprios motus, alijs melius quæcunq; propter inexercitationem molliores ſunt & imbecilliores. Cõmunis autem hic ſermo extitit & de animæ exercitijs quibus exercita

exercitamur. Primũ à grãmaticis infantes entes, deinde à rhetoricis didascalis, arithmeticisq;, & geometricis, et rationalibus. Entibus eñ uirtutib. secundũ animæ hegemonicon ad uniuersas artes necessarijs, altera quidem secundũ quam sequens & repugnans cognoscimus, altera aũt secundum quam memoramur: sapientiores quidẽ secundũ prius dictã, memoratiuiores uero secundũ secundam simus: naturã habẽtibus uniuersis uirtutibus, ab exercitijs augeri et robur accipere, noceri uero ab ocio. Quemadmodũ & Plato secundum hanc seriem in Timæo significauit ipsis nominibus dicens ita. Quemadmodũ dixi pluries, quoniã tres animæ in nobis species habitant proprios singulę motus habentes, ita etiam & nunc ut per breuissima dicendũ, quoniam quę quidem earum in ocio est degens, & suipsius motum in quietem ducẽs, imbecillissima necessario fit. Eam uero quę & exercitijs est robustior, custodiendũ quatinus utiq; habeat motus ad inuicem cõmensuratos. Hęc prędicẽs deinceps ait. Hoc aũt deniq; de principalissima eius quæ apud nos animę specie intelligere oportet hic, ut utiq; eam dæmonẽ, id est angelicam intelligentiam deus cuiq; dedit: hãc deniq; aimus habitare quod nostrum in summo corporis, ut ad eam quę in cœlo cognationem à terra nos eleuet, & tanquam entes nos plantam non terrenam, sed cœlestẽ rectissime dicentes: illinc enim unde est prima animæ generatio, processit diuinum, & caput & radicem nostram extollens erexit uniuersum corpus. Ei quidẽ igitur qui circa uoluptates, uel circa lites conuersatur, & his intendenti, fallacia omnia dogmata necesse est & mortalia fieri, & omnifariam, inquantũ maxime possibile mortali fieri huic, neq; minimũ dicere utpote tantum aucto. Ei uero qui circa mentes dilectionis disciplinæ studet, & maxime eorum quæ sui ipsius exercitatur, sapere quidem immortalia & diuina, siquidem ueritati adhæret, necesse omni inquantũ contingit participare humanam naturam immortalitatem nullam partem deficere, utpote aut semper famulantem diuino habentem, aut ipsum semper perornatũ dæmonem cohabitantẽ sibi præferentem dæmonem esse. Administratio uero omnis omni una ꝓprios unicuiq; cibos & motus reddẽs. In his sermonibus Plato de tribus speciebus animæ docuit nos nõ solum ad philosophiã utile, sed & ad corporis sanitatem, secutus Hippocratem secundũ hoc uniuersaliter quidem dicentem Vsus potentat, ocium liquefacit: secundũ speciem aũt de exercitijs, dicendo tex. ulti. iiij. Epide. Labores cibos præcedant: de eis uero quæ secundum partem omnibus speciebus quando ait. Labores, cibi, potus, uenerea, omnia mensurata. Quocirca & hic oportet attendere mente ad ea quæ dicuntur: habent enim quandam obauditionem, similiter alijs sermonibus omnibus siquis negligenter audiat, quemadmodum quidam: exercitari enim unumquenq; eorũ qui sunt, exposcimus, nõ utiq; sine terminis & mensuris congruis, amplius intendentem exercitia ut dissoluatur uirtus. Ita aũt & ci-

A bis & potibus & uigilijs & uenereis in congrua mensura uti, neq; minuentẽ quidem, neq; addentem. Superexcellentiæ enim dissoluunt uirtutes: defectus uero in unoquoq; prohibent tantũ à perfecta utilitate, quantum ipsi à cõmensuratione deficiunt. Enunciatum est autẽ hoc & ab Hippocrate, in uno exemplo ubi ait, aphorismo quadragesimooctauo secundæ particulæ, In exercitijs omnibus quando inceperint laborare, mox quiescere illaboriosum. Et aliqualiter sermo iam secundum familiaritatem rerũ docuit, quid & de animæ assuetudinibus in memorijs, & cogitationibus, & quæstionibus rationalibus, quarum & ipse Erasistratus meminit in sermone de assuetudinibus nõ adijciens causam: & nimirum non solum Hippocrate, B sed & Platone dicente eam. Hæc nanq; scilicet in familiaribus & cõmensuratis exercitijs singula uirtutum agente robur eis efficit.

VI Hę quidem sunt differẽtiæ assuetudinum, secundum uirtutem materierum in quibus consistunt, & à quibus fiunt. Cum autem ab Erasistrato & de euacuationibus quæsitum sit, quid fiendum sit de corpore dicẽte: Cum assueti fuerint quidam in eis, & de his scrutandũ. Scimus enim quosdam ex naribus fluxum sanguinis patientes, uel secundum periodos æquales temporum uel inordinate, uel hæmorrhoidas, uel uomitibus, uel diarrhoeis, uel choleris captos: quosdam autem sponte effundentes uel per phlebotomiam, uel per apertionem earum quę in sphyris, uel per palatum, C quemadmodũ demum & per purgantia pharmaca uomitiua & subductiua, de quibus etiam ipsis scrutari oportet. Mihi autem non uidetur corpora propter consuetudinem indigere huiusmodi euacuationibus. Sed propter quam causam indiguerunt huiusmodi euacuatione uel natura operãte eam, uel aliquo homine secundum æstimationem medicinalem, ita rursus & pluries indiguere ipsa per eadem. Quidã enim in prauis diætationibus, quidam aũt propter præparationẽ prauam corporis aceruantes sanguinis multitudinem, uel cacochymiam, à prædictis euacuationibus iuuantur: natura uel aliquo medico quod superfluum effundente antequam ægrotet homo. Quibusdam autem ægrotantibus, crisi in huiusmodi excretionibus æ- D gritudinis sanatio facta est. Quidam autem à medicis curati sunt similibus auxilijs usi, deinde post capti simili ęgritudine, curatiq; per eadem, si utiq; aliquando rursus eis uel totius corporis grauitas, uel capitis solius inæqualitas aliqua, uel & quid eorum quæ præter naturam aliud super appareat, communicantes medicis propter ipsam dubitare aiunt capi eisdem ægritudinibus quibus ante capti fuerunt, præcedentibus similibus symptomatibus: deinde anticipantes uel per purgationem aliquam, uel per sanguinis ablationem effugere expectatam ægritudinem, paratius ad idem accedunt auxilium, cum senserint aliquod simile symptoma post aliquando incidens eis. Quidam autem & antequam sentiant, terminum præuidentes temporis secundũ quod in determinata perio-

do talium passi sunt quid, euacuari anticipant: nominantq́ præseruatiuã euacuationẽ in assuetudine factam eis: nec ullam alterationẽ corporis ex huiusmodi euacuationibus accipiẽtes, qualẽ monstrati sunt accipere in antedictis: sed ab eadẽ causa eadem patientes. Si igitur mutauerint diætam,

A paucioribus cibis utentes, addentes autem exercitijs: inægrotabiles perdurant ex assuetudinum alteratione iuuati, nõ quemadmodum dicti prius nociti. Non enim assuetudinis ratione per euacuationes contingebat iuuari eos, sed in praua diæta cacochymiam & multitudinem aceruantes.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI I GALENI, de sanitate tuenda.

Cap. 1 Medicinæ partem aliam esse de sanitate tuenda, aliam recuperanda, ad utranq; requiri corporis primitiuæ constitutionis cognitionem, quæ sanguine & semine cõstat, quorũ rursus utrunq; elementis quatuor.

2. A prima sui formatione corpus unumquodq; indies magis magisq́ exiccari: quæ cõmunis est intereundi causa. Nam perpetuũ à corpore profluuiũ ab intrinseci caloris actione animalibus præcipue adest: contra ergo naturalib. facultatibus prædita sunt, quæ ei quod effluxit simile in corpus reddant per cibũ potumq́, quibus assimilandis cõcoctio satagit. Necessario excrementa gigni. Scopi duo in salubri uictu: inanitorum restitutio. Superfluitatum excretio. Ex his tertius enascitur, senectutis protelatio. 3. Repetit interitus causas, alteram ab exiccatione: alteram à continuo effluxu, & quæ cibum potumq́ sequitur excrementorũ generationem. Addit extrinsecas, necessariã unã aëre, à quo iuxta elementares qualitates immutamur. Alteram fortuitam, ut uulnerari, diuelli. Ad harum primã redit, quod posterior præcaueri nequeat. 4. Sanitas similarium & dissimilariũ describitur. Hæc in formatione, numero, quantitate, & situ. Illa in primarum qualitatum cõtemperamento. Sanitatem à naturalibus functionibus iudicari: Eius amplam esse latitudinẽ. Quorum librorum lectio hos præcedere debeat 5. Repetit non paruam esse sanitatis secundũ magis minusq́ differentiam, Argumẽtis probans duobus, primo, ab immutatione primarum qualitatum per singulas ætates in deterius. Altero ab animantis functionibus. quæ cum symmetriam sequantur, maxime tamen inter alios atq; alios uariãt. Necesse igitur ipsarum quoq; causam esse uariam, nempe symmetriam, quæ quidem ipsa est sanitas, ut omnes sectæ, quibus se accõmodat fatentur. 6. Persistit in argumẽto docens sanitatem esse omnẽ constitutionem, quæ sine dolore oẽs suas functiões libere administret. Non aũt considerandam per comparationem ad aliud ijsdem functionibus excellentius utens, sed simpliciter. Artemq́ hanc esse non tam in summa sanitate, quam in eius conseruatione, quæ a primordijs nascendi unicuiq; contigit. Item sanitatem non à functionum infirmitate aut præstantia solum iudicandam, sed cum consideratione quid secundum naturã, quid eam præter existat. Sanitatis & morbi definitiones explicantur. 7. Temperatum non solum in sanitate, sed in alijs etiam rebus secundum latitudinem accipi probat è communi hominum sensu, à quo tum demum omnia cũ euidenter percipiuntur denominari solent. Appellãda igitur semper est sanitas, dum actio non est manifesto læsa. Sanitas autem hoc loco non refert an ipsa actio integra, uel dispositio integritatis huius causa appelletur, quanq́ uerius posteriori ratione fiat. Eucrasian siue sanitatem esse duplicem, alteram illam exquisitam mente potius concipi tantum, q̃ re ipsa existere. Alteram, cui latitudinem tribuimus, in omnibus sanis inueniri. 8. Quamuis sanitas una specie dicatur, illud tamẽ magis minusq́ haud obscure percipitur, adeo ut quidam licet, quod ad sensus sani appellentur, eorum tamen cõstitutio male temperata, & culpanda dicatur. Item exquisitam illam sanitatem non quærendam, quando etiam si inueniretur forte, persistere tamen non posset, propter perpetuam corporum uarijs de causis mutationem. 9. Qui scopi ad sanitatem tuendam tam in illa exquisita, quam altera non exquisita, sequendi sint. Et primo loco de priori, & optima cõstitutione, qualis nam sit. Item bene constituti hominis, si per singulas ætates à primis incuna-

B bulis hac arte curetur, non corpus modo ualentius fore, sed animo etiam eius non parum inde commodi accessurum. 10. De incunabulis bene constituti infantis, cui humidior uictus adhibendus, quoniam etiã ipse natura talis sit. Neq; enim semper contraria in cõtrarijs usurpãda, sed similia tum ad naturalem dispositionem, tum ad consuetudinem quoq; requiri. Mox de lacte.

11. Tria puerorum uagitus remedia, lac, musica, motus. De exercitijs & corporis, & animi. Musica & gymnastica familiares nobis omnino corporiq́ conferunt. Asclepiades & Erasistratus Gymnasia damnãt, reliqui omnes laudant. Exercitiorum genus triplex. Ad medicum non minus quàm philosophum spectare animi mores, sed diuersas ob causas. De iocis & exercitijs iucundis: quantũ in corpus possint, oraculis Aesculapij confirmat. 12. Mediocritatem animi motuũ infantibus

C seruandam: quod desiderant exhibendo, & molestias omnes auferendo, ne nimium auctus dolor in corporis simul animiq; motum nimietate noxium euadat. Hactenus educationis ratio ad triennium. 13. Nutricum uictus ratio & q́ Venereis abstinere debeãt. Lacte solo puer alendus, donec priores dentes emiserit. Mox lactis notæ, ungendi, fricandi, balneandi, cibandiq́ præcepta. 14. De adultioribus pueris, qui iam minis & uerberibus sunt idonei. Barbarorum præcipue Germanorum taxatio in lotionibus infantiũ. Cutim neq; densam neq; rarã simpliciter prodesse. Pueri ætate qua iam literas discunt, balneorum usum contrahant, mediocriter exerceantur. 15. Vino pueris omnino abstinendum. Frigidæ usus conceditur (modo ne nimium frigida sit) nõ autem calidæ. Signa bonæ aquæ. 16. Signa boni aeris. Tandem de secundæ tertiæq́ annorum hebdomadis uictu & institutione. 17. De excrementorũ differentia, & meatibus quibus expurgantur. Philoso-

D phus quidam immortalitatem promittebat. 18. Excrementorũ retentionis causæ, alui, bilis flauæ & atræ, & quæ per poros uacuãtur. Item cur cerebro & oculis, præter hos inconspicuos poros, alij sint notabiles meatus ad excernendum superflua. 19. Qua ratione retentio excrementorũ soluatur, alui, bilis, & eorum quæ in poris per singulas corporis partes consistunt.

20. Præparatio ad sequentes libros, cum eorum argumento. Tribus enim continetur ὑγιεινή, nempe corpore salubri, & eius signis, quæ dicta sunt: & causis iam dicendis. earum autem sunt genera quatuor: Quæ ingeruntur, ut alimẽta & medicamina quædam & aer, quæ aguntur ut frictiones & motus, &c. quæ forinsecus ingruunt, quæ euacuantur. Nisi quis genus quartũ, sub reliquis tribus includat, ut Gal. uidetur probare. Euacuatio duplex. Alimentum triplex.

CL. GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER PRIMVS

Thoma Linacro Anglo Interprete.



CVM una sit ars quæ corpori hominis tuẽdo dicata sit, ut alibi à nobis ostẽsum est: eius primæ ac maximæ partes sunt duæ: quarũ alteram sanitatis tuendæ, alteram morbi profligandi facultatem appelles. Earum contraria inter se officia sunt. Siquidem illi tueri, huic immutare statum corporis est propositum. Quoniam autem & dignitate & tempore sanitas morbum præcedit: B utiq; & nobis quemadmodum hæc seruanda sit, prius tractare conueniet: post autem, quo pacto cõmodissime morbus sit abigendus. Vtriusq; facultatis inueniendæ communis ratio est, ut, quidnam ea corporis affectio sit quæ sanitas dicitur, liquido constet: quãdoquidem nec præsentem seruare, nec amissam restituere, si eam penitus ignores, licet. Scripsimus de hoc alibi, ostendimusq; similarium quas uocant partium sanitatem, calidi, frigidi, humidi, & sicci symmetriam, id est conuenientiam inter se quandam esse: instrumentalium uero, ex similarium ipsarum compositione, numero, magnitudine figuraq; cõstare. Quare quisquis C hæc cõmode tueri possit, is optimus sanitatis custos fuerit. Tuebitur hæc qui modos omnes quibus uitiantur, compertos prius habuerit. Sicuti enim, si impatibile nobis, nec ulli affectioni obnoxium corpus esset, nullam desideraret artem quæ eius tutelæ præesset: ita nũc, cum numerosissimis affectibus expositum sit, certam sibi deposcit artem, quæ & omnia eius incõmoda perspicere, & ipsum ab ijs tueri possit. Sanè quæ corpus nostrũ lædũt, corrumpuntq;, ea sunt genere duplicia. Altera nobiscum congenita, & quæ uitare nequeas, quæq; ex ipsis generationis principijs ueluti radice oriuntur. Altera, quæ & declinare possis, & orta à nobis non sunt: quæ tamen non minus quàm D illa corpus nostrum conficiunt: quorũ utraq; iam seorsum distinguemus. Sanguis, semẽq; genitale, generationis nostræ primordia sunt: ille, ceu materies quædam apta, cõcinnaq;, & opifici ad quid uis sequax: hoc, opificis rationem obtinens. Constat horum utrunq; ex ijsdem genere elementis, humido, sicco, calido, & frigido: aut, si mauis ab essentia sumptis nominibus, quàm à qualitate nominasse, aqua, terra, igni & aere. Sic enim demonstratum nobis est in eo libro quem de Elementis ex Hippocratis sententia scripsimus. Dissident hæc inter se ipsa temperamenti mensura. Siquidẽ in semine plus est igneæ substantiæ, atq; aereæ: in sanguine, aqueæ, terreæq;: quanq; præpolleat in

A hoc quoq; & calidum frigido, & humidum sicco. Eoq; fit ut non siccus, sicut ossa, pilus ue, sed humidus merito dicatur. At semẽ sanguine siccius quidem est: cæterum ipsum quoq; humidũ fluxileq; est. Atq; ita nobis utrinq; ex humida substãtia genituræ origo proficiscitur. Hanc tamen humidam seruari non erat, si modo ex ea nerui, arteriæ, uenæ, ossa, chartilagines, membranulæ, & alia id genus fieri deberent. Ergo statim in generationis initio coniectum copiosius oportuit elementum id quod siccandi uim haberet. Est uero id natura quidem maxime ignis, sed tamẽ & terra. Est enim ea quoq; res sicca. Verũ huius plus immisceri principijs nõ erat, si modo hęc humida erãt futura. Ignis certe, quo minus plus sit admistũ, nec obstat quicquam: & sanè admistum est tanto planè plus in utroq; principio, quantũ nec iã torreat, urátue, et tamen abunde siccet. Quippe etiã tantus calor adhibitus agilitatem præstare ad motiones sat erat.

II Ab hoc igitur calore primum cogitur, paulumq; cõcrescit quod in utero conceptũ est: mox siccius redditum, ueluti lineamẽta quædam & rudimenta cuiusq; membri obtinet. Vlterius uero etiam siccescens, non lineamẽta rudimentáue modo, sed etiam exactã uniuscuiusq; speciem ostendit. Iam uero in lucem editũ & magnitudine proficit, & tum siccius tum ualentius semper efficitur: donec ad summum incrementum (ἀκμὴν Græci uocant) sit peruentũ. Tum uero & incrementum omne sistitur, ossibus nimirũ ipsis per siccitatem nõ ultra sequacibus, & singula uasa, spiritus ipsius flatu in latum aguntur: cuncta deniq; membra nõ solum robusta fiunt, sed etiam uires suas summas obtinent. In eo uero quod sequitur tempore, omnibus iam partibus supra iustum siccescentibus, non solum cuiusq; officium minus probe administratur, sed etiam corpus ipsum macilentius graciliusq; q̃ ante, redditur. Ergo ultra siccatũ, non macilentius modo, uerumetiã rugosum efficitur. Artus quoq; ipsi inualidi, atq; ad motus suos incerti inconstantesq; probantur. Affectio hæc [in animalibus] senium appellatur, ei quæ in stirpibus αὔανσις Græce dicitur, proportione respondens. Est enim & illa stirpis seniũ, siccitatis excessu prouenians. Vna igitur hæc est omni genito corpori corruptelæ interitusq; connata necessitas. Altera est quæ etiam in animalibus præcipue cernitur, totius substãtiæ fluor, quem insitus calor excitat. Hæc itaq; incõmoda nullum quod genitũ sit corpus effugere potest: reliqua quæ hæc sequuntur, prouidẽtia consilioq; certe potest. Porrò his quoque non aliunde origo est, q̃ ex ipsis iam dictis incõmodis corrigendis, atq; sarciẽdis. Nam cum tota moles animaliũ in perpetuo fluore sit: ni similis

altera substantia pro ea quæ defluxit, restituta sit, A
euaporabit certe atq; dissipabitur uniuersa. Quo
factum arbitror, ut natura non animalibus modo,
uerumetiã stirpibus insitas quasdã uires deficien-
tis ac desiderati semper appetẽtes, ab initio statim
dederit. Non eñ uesci, bibere, aut respirare, à quo
quam usquã discimus, sed statim à principio facul
tates in nobis habemus quæ hæc omnia citra do-
centem perficiant. Cibo igitur, quicquid siccioris
substantię effluxit, restituimus: potione, quicquid
humidioris: atq; ad pristinam ita symmetriã ambo
reducimus. Ita uero & aereæ igneæq; substantiæ
modum respiratu, arteriarumq; pulsu tuemur. De
quibus omnibus etiam singulatim dictũ nobis in
aliis uoluminibus est: nec à præsenti disputatione
alienum censemus, ut quæ ibi demonstrata sunt, B
ad sanitatis tuendę artẽ hypotheseos loco positis,
sic quæ deinceps sunt, aggrediamur. Cum enim
quotidie propter insitũ ipsis calorem, cunctis ani-
malibus nonnulla substãtiæ portio defluit, nec est
aliter huius iustum seruasse modum, quàm cibi, potio
nis, respirationis, & arteriarum motus ope, neces-
se est ex iis cõtrahi excrementorum prouentum.
Nam si quale erat ipsum quod effluxit, tale pror-
sus adiungere agglutinareq; ei per totum liceret:
optimũ id, saluberrimũq; planè esset. Verum ubi
quod singulis particulis defluit, tale natura est, qua-
lis ipsa est particula, nihil autem eorum quæ edun
tur bibunturue, eiusmodi prorsus est: necessarium
naturæ fuit prius ea mutare, & concoquere, & quàm
fieri maxime potuit, efficere corpori alendo resti-
tuendoq; similia. In quo opere siquid nec confe-
ctum, nec prorsus adsimilatum est, id corpori nec
adnascitur accrescitue, & per ipsius laxiora intus
spatia tanquã superuacaneum errat: unde nomen
quoque recte à maioribus ei rei περίττωμα Græce
est inditum. Cum igitur esse, bibereq;, necessaria
animãtibus sint, has autem res subsequitur excre-
mentorum generatio: natura non solum ipsis ex-
cernendis excludendisq; instrumẽta instituit, ue-
rumetiã instrumentis ipsis facultates inseruit, qui
bus incitata, quædã ad se trahũt, quædã aliis trans-
mittunt, quædam excrementa expellunt. Porrò
hęc, quò corpus semper mundum, atq; excremen
tis uacuum seruetur, nec obstrui aliquatenus, nec
ad proprias functiones imbecilla esse oportet. At
que ita geminum iam scopum salubris uictus ser-
mo noster exposuit: alterũ, eius quod exhaustum
est, reficiendi: alterũ, excrementa expellendi. Ter
tius nanq; qui huc spectat, ne animal pręproperè
senescat, duos iam dictos necessario comitatur. Si
enim in neutro sit erratum, nec quod exhaustum
est restituendo, nec excrementis expellendis, &
sanitate interim corpus fruetur, & uigoris teno-
rem quàm longissime seruabit.

III Verum de hoc postea procedente sermo-
ne dicetur. Nunc quod reliquũ est eorum quæ ab
initio differere proposuimus, adiiciam, quò sanita
tis tuẽdæ scopos quot, qualesq; sint, clarius distin-
guam. Illud (arbitror) iam diximus: Si corpus no-
strum impatibile, omnisq; affectiõis expers esset,
sicut adamas aut quiduis id genus, minime artem
ullã requireret quę ei tuendo præsideret. Sed quo
niam duplices corruptionis causas, alteras inter-
nas & à se, alteras extrinsecus incidẽtes habet: ne-
cesse est curam prouidentiamq; non paruã deside
ret. Et ex se quidem duplici prima ratione cõsumi
corpus indicauimus: una, ꝙ uel ætatis cursu, uel
assiduo substantiæ fluore ad interitum tendat: al-
tera, quæ utiq; esum potionemq; consequitur, ip-
so excrementorũ prouentu. Atq; ex se quidem ita
corrumpitur. Eorum uero quæ extrinsecus inci-
dunt, unum certe est quod separari ab eo non po
test, quodq; illi perpetuo, & (ut ita dicã) ueluti cõ-
natum adhæret, aer ipse ambiens. Alia necessario
& incertis tẽporibus nobis accedunt. Ille (nempe
qui circũfunditur aer) nos lædit uel quòd calidos
immodice, uel ꝙ frigidos, uel quòd siccos, uel ꝙ
humidos efficit. Hæc, ꝙ contundunt, quòd diuel-
lunt, ꝙ uulnerant, uel ꝙ articulũ aliquem loco mo
uent. Oritur hoc loco logica quædam disputatio,
quę in utranq; partem rationes habet, aliis horum
omnium curam ad sanitatis tuendę artem pertine
re affirmantibus, aliis eorum tantum quæ calfaci-
ant, refrigerent, humectent, aut siccent. non enim
siquid collisu, uulnere, aut simili quopiam affectu
à naturali habitu sit emotũ: id statim aut nosse, aut
declinasse, ullius esse artis munus. Ego uero de
problematis id genus agendũ mihi non statui: sed
quod utraq; pars ultro concedit, eo accepto, ad
propositũ reuertar. Illud ergo confessum utriq; ar
C bitror, quæ uulnere, uel illisu, uel simili aliqua ra-
tione sanitatem lædunt aut corrumpũt, omnibus
esse nota. quæ calfaciendo uel refrigerãdo, uel ma
defaciendo, uel siccando, non omnibus. Ergo ne
nos quidem quicq; ab officio alienũ fecisse uide-
bimur, si, quæ omnibus nota sunt, pretermissis, ad
ea quæ parũ nota sunt, potius uertamur: quando
minime propositum est, hoc saltem opere, sophi-
sticos cauillos diluere, sed potius quo pacto quis
in ualetudinem minime incidat, docere.

IIII Rursus igitur ad proprium initium sermò
nem reuocemus, ac diligentius adhuc quæ pro hy
pothesi sunt habenda, cõmemoremus. Primũ er-
go ad præsentiũ cõtemplationem pro hypothesi
præsumptum esto, sanitatem nõ esse absolute ele-
D mentorum ex quibus cõstamus, aut medium tem
peramentũ (quam eucrasian uocant) aut debitam
conuenientiã, (quã symmetrian appellant) quem
admodum omnibus ferè qui ante nos scripserunt,
uisum est: sed eam duntaxat quæ similariũ est par-
tium, ut alibi demõstrauimus. Secundo loco illud
quoq; quod alibi nõ minus demonstrauimus, prę
sumptum pro hypothesi esto, nempe instrumen-
talium sanitatem in figura, numero, magnitudine
ac cõpositione similarium consistere. Tertio, fun
ctionibus secundũ naturã obeundis, sanitatis ha-
bitum discerni. Postremo sanitatem quandã opti-
mam esse, & (ut sic dicam) consummatã atq; sum-
mam: quãdam ceu deficientem ab hac, nec planè
absolutã perfectãmue: atq; hanc etiã latitudinem
habere nõ paruam: hæc quoq; pro hypothesi hoc
loco

loco ſint: quæ alibi nobis certiſſimis rationibus iam firmata, nunc quoq; nihilo ſecius ſunt demonſtrāda. Maxime uero uelim, qui his ſtudere uoluerit, eum librū legat in quo illud inueſtigamus, cuius deniq; artis pars ſit ea quæ ſanitatis tuendæ curam profitetur. is liber inſcriptus Thraſybulus eſt. præterea eum quē de optimo corporis noſtri ſtatu ſcripſimus. item quē de euexia, id eſt bono corporis habitu. Sunt hi breues ambo libelli: quos ſi perlegit qui ad hæc accedet, facillime cōſequetur quæ mox dicentur. Dictum iam alibi nobis eſt etiam eum librum qui de elemētis ſecundum Hippocratem inſcriptus eſt, neceſſariū ad præſentem diſputationem eſſe. Quod opus ſequūtur, tum id quod de optima corporis cōſtitutione, tum id q̄d de euexia cōſcripſimus. Ab his hypotheſibus ueluti fundamentis operis iactis, hinc alicunde ſanitatis tuendæ tractatio incipienda erit.

V Cum ſanitas ſymmetria quædā ſit, ſymmetria autem omnis duplici ratione non ſolum perficitur, ſed etiam dicitur, aliàs quæ ad ſummū peruenit, et uere prorſusq; ſymmetria eſt: aliàs quę ab huius abſolutione perfectioneq; paulum deficit: Vtiq; & ſanitatis ſymmetria duplex quædam fuerit: hæc quidem exacta, optima, abſoluta, & ſumma: illa paulo ab hac deficiens, nō tamen eatenus, ut animali ſit grauis. Exiſtit & hoc loco logica potius q̄ ex uſu artis dubitatio quædam, negantibus quibuſdam alium alio magis eſſe ſanum, aut eſſe eius affectus quam ſanitatē dicimus, notabilem ullam latitudinem, ſed unicam eſſe eam affirmantibus, & quæ ad unguem ſit exacta, nec maioris minoriſq; ratione diuidua. Mihi uero ſicuti albū corpus aliud magis, aliud minus album cernitur: ita & quod ſanū dicimus, magis minuſq; tale eſſe uidetur. Cuius rei duplex demōſtratio eſt: Vna quæ ex ea mutatione accipitur quæ per ætatum uices cernitur. Poſtea nanq; q̄ editum animal in lucem eſt, perpetuo mutari eius temperamentum (ut ante propoſuimus) eſt neceſſe. Quare ſi in temperamēti qualitate ſanitas cōſtituitur, qualitas autem ipſa non permanet eadem, nec ipſam ſanitatē eandem ſeruari eſt poſſibile. Altera non minus euidens demonſtratio ab ipſa ſumitur actionis differentia. ſiquidem nec qui ſani ſunt omnes oculis, ęque cernūt, ſed alij perſpicacius, alij obtuſius: nec auribus pari modo audiūt: imò hic quoq; magna eſt in exceſſu defectuq; diuerſitas. ſed nec pedib. ſimiliter currunt: nec manibus apprehendūt: nec reliquorum deniq; membrorum munia ſimiliter obeunt: ſed hic probius, ille deterius. Si itaq; actionum diuerſitas pro temperamenti modo reſpondet, cogit planè ratio ut totidem ſint temperamētorum diuerſitates, quot ſunt functionū differentiæ. Quòd ſiquis κατασκευῶν, id eſt conſtitutionū uel ſtatuū potius q̄ temperamentorū dicendum putat, quo utiq; in omnem ſectam ratio quadret, ita nimirum colligat licet. Sanitas omni ſectæ ſymmetria quædam eſt. Nobis, calidi, frigidi, humidi, ſicci. Alijs, corpuſculorū, & meatuum quos ὄγκους καὶ πόρους Græce uocant. Alijs, inſectilium, uel in-

A compactilium, uel partium diſſimilarium, ſimilariúmue, uel deniq; primorum elementorū cuiuſcunq;. ſed ſecundū cuiuſq; ſectę opinionem, pro ipſorum modo, membrorū noſtrorum actiones reddimus. Si itaq; uaria eduntur opera, utiq; uaria eſt & elementorum in ſingulis ſymmetria: quam eſſe ſanitatem ſupra propoſuimus. Quin & citra omnem elementi mentionem hoc pacto colligas licet. Si membrorū conſtitutioni functiones ſuæ reſpondent: quotquot harum uarietates dabunt, totidem nimirū & conſtitutiones erunt. Atqui reſpondent conſtitutionibus opera. erunt ergo neceſſe eſt tot conſtitutionum diſcrimina, quot ſunt functionū differētiæ. ſunt uero hæ numeroſæ, quare erunt & conſtitutiones [æque multæ.] Si ergo
B omnium qui ſani ſunt, membrorū conſtitutio in ſymmetria conſiſtit, conſtitutiones aūt ipſæ uariæ ſunt, quandoquidem functiones ſunt uariæ: utiq; multæ uariæq; ipſarum conſtitutionū ſymmetriæ erunt. Quare etiam ſanitates multæ uariæq;, non ipſa cōmuni omnium forma, unde dictæ ſanitates ſunt, ſed maioris minoriſq; ratiōe inter ſe diſſidentes. Sicuti enim niuis candor, ab eo qui in lacte uiſitur, quatenus candor eſt, nō diſſidet, maioris minoriſq; ratiōe diſſidet: ita & Achillis uerbi gratia ſanitas, ab ipſa quæ in Therſite eſt, quatenus ſanitas, nō differt, ſed eſt cum ipſa eadē: altero quopiā ab ea differt. Id uero alterū, aliud planè nihil eſt q̄ maioris minoriſq; ratio. Neq; eñ eſt quod quiſq; dicat nō edi ab omnibus hominibus uarias actio-
C nes, neq; aliunde diſſimilitudinem hanc naſci, q̄ ex ipſa conſtitutione unde actio proficiſcitur.

VI Quòd ſiquis eos duntaxat ſanos eſſe contendat, quorum ſingula membra functiones ſuas obeunt abſolutiſſime: cæteros qui minus probe ſint affecti, nō eſſe ſanos: ſciat is ſe uniuerſæ tractationis quæ de ſanitate tuenda inſtituitur, fundamentū ſubuertere. Si enim huic propoſitū eſt ſeruare tueriq; eam quam ab initio accepit ſanitatē: nemo autem noſtrum ſanus eſt: luce clarius fit inutilem irritamq; fore quam nunc de ſanitate tuenda artem inſtituimus. Itaq; nec quærenda nobis talis ulla eſt, ſed planè ſilentio prætereūda, ſermoq; iamiam finiendus. Omnes ergo eiuſmodi difficultates ſummouet ipſius ueritatis cognitio. Non e-
D nim abſoluta ipſa tantum, quæ inſectilis eſt, ſimul eſt & dicitur ſanitas, uerum etiam quæ ab hac deficit, modo tamen uſibus noſtris adhuc non ſit inepta. Quippe ſanitatem omnes requirimus, tum ad uitæ functiones, quas planè morbi impediunt, & intercipiunt atq; auferunt: tum uero ut moleſtia careamus. Angimur enim doloribus nō leuiter. Eam uero corporis conſtitutionem in qua nec doloribus cruciamur, nec in uitæ actionibus impedimur, ſanitatē appellamus. Quam ſi quis alio nomine appellare malit, nihilo plus ex ea re conſequetur: ſicut nec qui ἀειπάθειαν, id eſt perpetuam inualetudinem inuehunt. Quippe ſi hanc propterea inueherent, q̄ omne genitum corpus, ſicuti genituræ, ſic etiam interitus cauſas ab initio ſecum natas habet, ſicuti à nobis antea demonſtratū eſt: utiq;

laudati à nobis essent tanquam & uera & antiqua dogmata professi. Nunc, cum sanorum ægrotantiumꝗ corporũ constitutiones easdem esse specie decernunt: nec autores laudo, nec placitũ probo: cum longe melius existimẽ, satis amplam latitudinẽ sanitati tribuere, ꝙ omnes homines perpetuo urgentibus morbis premi. Qui & si esse in nobis omnium morborũ semina dicant, tamen fatentur ipsi ea tam esse parua, ut sensum nostrum omnino effugiant. Esto igitur (si uelint) doloris quispiam in nobis affectus, uerũ tam exiguus insensibilisꝗ, ut minime officiat. Sint, si libet, & febres, sed adeo leues, ut neꝗ sensum sui ullũ afferant, liceatꝗ per eas & negocijs publicis priuatisꝗ perfungi, et balneo uti, esseꝗ & bibere, ac reliqua quæ opus sunt peragere. Quippe facultas ad necessarios usus minime impedita, sanitatẽ potius determinat. Non ẽm functionũ imbecillitas, morbi statim nota est, absolute ita citraꝗ exceptionẽ loquenti, nisi adiectum sit, quæ præter naturã cuiusꝗ sit. Siquidem omnes (arbitror) & cernimus male si cũ aquilis & lynce cõparemur: & confuse oblæseꝗ audimus si cum Melampode, & pedibus parũ ualemus si cũ Iphiclo, & manibus si cum Milone conferamur. Quouis deniꝗ membro prope mutili uideamur, si cũ ijs qui hoc ipso maxime ualent, cõparemur. Quis igitur nostrũ se nõ probe oculatũ existimet si formicas duum stadiorũ interuallo non cernat? Aut quis auritũ se parum recte putet si quod sexaginta stadijs abest, nõ exaudiat? At si quis literas hac pagella descriptas recte nõ cernat, is iam oculos merito accuset: nõ tamen si quatuor has ipsas cubitis abiunctas nõ peruideat: nisi forte ea prius oculorũ acie fuit, qua uel has cerneret. Sic ẽm (arbitror) accuset, dicatꝗ merito, quod omnibus hominibus dici assolet, nempe hoc prius fecisse, nũc idem facere non posse. hunc enim morbo aliquo teneri dicemus, siquidẽ senectutis uitio imbecillitas ea non incidit. quamuis sunt qui senectutem quoꝗ ipsam morbum esse uelint. Cæteros quibus natura non dedit ut acute uideãt aut audiant, aut celeriter currãt, aut alia id genus ualide strenueꝗ obeant, neꝗ morbo teneri, neꝗ in totũ præter naturã se habere censebimus. Omnis siquidem morbus præter naturam est. hi se præter naturã plane non habent, sicuti nec senes. Non igitur absolute citraꝗ exceptionem sanos ægrosꝗ functionũ firmitate infirmitateꝗ iudicandum: sed sanis uerba illa, secundum naturã: ægris illa, præter naturam, adijci oportebit: ut sit nimirum sanitas, affectio naturalis actionem perficiens. contra, morbus, affectio præter naturam actionem impediens. Neꝗ enim si affectus secundum naturã se habeat, continuo etiã sanitas existit. Est enim affectus secundum naturam tum Aegyptiorũ nigritia, tum Gallorum candor, tum Scytharum fuluus color: quorum tamen nullum est sanitas, cum ea omnino in colore non consistat. Neꝗ si præter naturam se habeat, protinus morbus est: quando ita uel ex sole nigritia, uel diutina umbratili consuetudine contractus candor, morbus sit. Sed adiecisse oportet

A sanitatis notioni, quòd causæ ratione ad aliquod opus edendũ obtineat: morbi uero notioni, quòd actioni incommodet. Verum de his alibi dictum à nobis locupletius est. Ad præsentem disputationem illud solum sumpsisse sufficiat, permagnam sanitatis latitudinem esse, nec eam in omnibus nobis æqualiter prorsus inesse.

VII Quòd si cui uiolentũ appareat εὐκρασίας id est medij temperamenti nomine censeri quod medio ad unguem temperamento non sit: is, quæso, reliquorum in uita nominum usum ad memoriam reuocet: ubi & potionem & balneũ εὔκρατον, hoc est, temperatum dicimus non solum cum alterum huic, alterũ illi tale est, sed etiam cum ad eundem hominem in latitudine tale est. Nam si auerso paulum qui biberit, iniecerit quis in calicem

B calidæ frigidæ ue exiguũ, nullam mediocris temperamẽti mutationẽ deprehendet. Atqui siquod temperatum est, ita exigis ad unguem, ut omnino indiuisibile insectileꝗ sit: haudquaꝗ iniecto uel calidæ uel gelidæ minimo, temperatũ adhuc esse uidebitur. Ad eundem modum, neꝗ siquis in natationem temperatam, frigidæ pusillum iniecerit, utilitatem eius protinus corruperit. Quin ambientem quoꝗ nos aerem temperatum dicimus etiam si in alterutrã partem paululum sit propensus. Deniꝗ quid miri si eucrasian in satis amplam latitudinem extendunt uniuersi: quando & in lyris consonantiã ipsam quæ summa exactissimaꝗ sit, unicam atꝗ insectilem esse probabile sit: quæ in usus

C hominum ueniat, certe latitudinem habeat? Sepe nanꝗ quam percõmode temperasse uidearis, alter superueniens musicus exacte temperauit. Siquidem nobis ad omnia uitæ munia sensus ubiꝗ iudex est. Quare ipso etiã eucrasian dyscrasianꝗ iudicabimus. Pari modo actionis uitium cuiusꝗ præter naturã suam male habentis membri, nõ ante morbum decernemus, ꝙ ad sensibilẽ magnitudinẽ peruenerit. Nec quicꝗ ut ad rẽ propositã nehic quidẽ referat, ipsam'ne læsam actionẽ, an affectũ cuius uitio lędit, morbũ dixeris: sicuti nec siue quis affectionẽ, siue constitutionẽ appellasse malit. Dictum à nobis alibi & de his est, & simul euidentibus rationibus confirmatũ, tum morbũ, tum sanitatẽ in corporis affectione cõstitutioneꝗ con-

D sistere, minime in actione, actionisúe læsione. Cæterũ ex horũ morosa perpẽsione discussioneꝗ parum uel ad ualetudinẽ tuendã, uel ad morbũ summouendũ iuuamur: cum illud modo nouisse satis sit, corporis constitutionẽ quæ causæ rationẽ respectu actiõis obtinet, utriusꝗ facultatis scopum esse, & eius quæ sanitatẽ tuendã, & eius quæ morbum profligandum profitetur: quippe cũ hanc & præsentẽ seruare, & amissam restituere propositũ nobis sit. actiones uero constitutionẽ corporis necessario sequuntur: eam quæ proba est, inculpatæ probæꝗ: quæ cõtra est, culpabiles ac uitiosæ. Quare quoniã id quod ope nostra seruatᷣ restituiturꝗ, affectio quędam corporis cõstitutioꝗ est, eam uero ex necessitate functionũ sequitᷣ [bonitas:] ad præsentem certe disputationẽ parum attineat, fun-

ctionum

A ctionum'ne, an constitutionũ in genere morbus sanitasq; collocãda sit, inquiras. id potius attinet, ut illud pro hypothesi sumentes, quod in naturali corporis nostri cõstitutione illa seruanda maxime sunt, quorũ beneficio functiones obeamus: ac illud memoria repetentes, ꝙ similariũ quidẽ partiũ eucrasia, instrumẽtaliũ uero & eucrasia, forma, positura, numerus, et magnitudo, functionũ sunt causæ: præterea ꝙ hæc omnia in latitudine quadã spectant: etiã in singulis hominibus seorsum quæ reliqua sunt persequamur. Ad quæ sane nõ paruam cõmoditatẽ affert latitudo horũ perspecta. Nam cum eucrasia duplex omnino sit: altera quæ in animantiũ saltẽ corpore cogitatione potius usurpet, ꝙ solide subsistat: altera quæ in sanis omnibus subsistit atq; apparet: hãc rursus à nobis diuidi par est: B quippe in qua non parua diuersitas inuenietur.

VIII Id quàm sit uerũ, uel ex ipsis ætatibus maxime deprehendas. Cum enim ad omnẽ uoluntate susceptã actionẽ adolescẽtiũ ætas sit aptissima: infantiũ certe senũq; minus ad hanc est apta, propterea ꝙ illis humor, his siccitas frigiditasq; nimis abundat. In alijs tamẽ functionibus quas naturales appellamus, ueluti auctione, concoctione, distributione, & nutritione, infantes plane cæteris ætatibus longe præstant. Neq; tamen eo secius omnibus p omnes ætates licet esse sanis. Ergo quẽadmodũ in ætatũ diuersitate se habet, ita etiam in naturalis habitus differẽtijs immensum quantum temperamentorũ discrimen inuenias: ut duorum exempli gratia similis ætatis puerorũ, hunc altero C longe humidiorẽ, illũ sicciorẽ: pari modo hunc calidiorẽ, illum frigidiorẽ. Quibuscunq; igitur corporibus multo supra iustum calidis, frigidis, humidis, aut siccis esse contingit, ijs plane optima temperies non est. In quibus autem ab eo quod absolutissime temperatũ est, diuersitas quædam intelligitur, minor tamen quàm quæ sensu discerni possit: hæc certe, quod ad usum pertinet, pro absolutissimis accipimus: ita ut sanitatis, quam in latitudine contemplamur, hæc quidem medij sit temperamenti, nec ulli uitio obnoxia, quod saltem sensu percipiatur: hæc ceu intemperata, uitioq; exposita. Huius sententiæ euidentissima indicia sunt discrimina quæ in gracilibus corpulentisq; notant: D quippe quorũ contrarias habitudines ex contrarijs temperamentis ortas esse necesse est. Sicuti igitur nec nimium gracile corpus probamus, nec ꝙd ualde est obesum: ita nec temperamenta eorũ plane laudabimus, tametsi utrunq; ꝙ maxime sanum esse conspicimus. sed quæ in medio habitudines sunt, εὔσαρκοι Græcis dictæ, sicuti ipsæ debitã partium conuenientiam, speciemq; inculpatã habẽt: ita id totum conuenientis laudabilisq; temperamenti beneficio acceptum ferunt. Tales ergo corporum habitus, si ueritatẽ ipsam ad unguem exigas, absoluta saltẽ exactaq; temperie ne ipsos quidem temperatos dixeris. Verum quod sensu iudicetur, atq; ad usum sit satis, non inculpabiles solũ, sed etiam optimos censueris. Sane indicium euidens est ne ipsos quidem exactissimum tempera-

mentum cõsecutos, ex eo quòd nunq; eodem statu permaneant, sed primam ætatum ipsarum mutationem recipiunt, nulla harum eundem perpetuo tenorẽ seruante, sed semper ad siccius tendente. Alteram, quæ somni ac uigiliarũ, quietis & motus, tum motus ipsius differentiarũ, ad hæc bibendi sitiendi, edendi esuriendi, ciborũ potionisq; copiæ aut inopiæ, præterea balnei, iracundiæ, studij, doloris, omnium talium occasione prouenit, quæ tantum non omni momento temperamentũ immutant. Quis igitur in tanta mutatione optimum undecunq; temperamentũ inuenire speret? quippe quod sicui unq; optima natura prædito contigit, certe ne momẽto quidem durauit. Adeo mihi sane admirari subit eorum opinionem qui sanitatem eucrasiamq; citra omnẽ latitudinẽ unicamq; esse cõtendunt: nec si quid ab hac paulo discessit, utiq; sanitatem esse. Qua nimirum sententia ἀπάθειαν obiter imprudentes inuehunt: disputantq; de re aut nunquam plane uisa in animalis corpore, aut siquando uisa est, ne minimũ quidem tempus durante.

IX His ergo quam somniant sanitatẽ, ipsis seruandam linquimus. Nos interim ad eas quæ in aperto sunt, reuertimur. Quarum cum duplicẽ statuamus substãtiam, unam de qua plane queri non sit, alteram de qua queri liceat de qua modo uerba fecimus, suum utriq; scopum reddamus: nempe ei quam inculpatam diximus, exactam absolutamq; plane, quod utiq; sensu aduerti possit, custodiam. Alteri de qua cõquerare, non exactã. Quippe intemperies quæ intra sanitatis sunt terminos, corrigere oportebit ita, ut quæ iusto sicciores naturæ sunt, humidiores reddas: quæ humidiores sunt, sicciores. pari modo quæ frigidiores sunt, ut harũ excessum castiges: quæ calidiores, earum superãtiã ad moderatius reuoces. Hæc qua salubris uictus ratione fiant, procedente sermone docebimus. Prius enim tradendum arbitror quemadmodum optime naturæ conseruanda sit sanitas. Ante id uero quæ nam sit optima corporis constitutio, exponemus. Est igitur ea, si substãtiã eius spectes, & quæ optimo temperamento sit, & quę figuram partium egregie ad functiones cõparatam habet: ad hæc, quæ omnẽ tum numerũ tum magnitudinem, tum omniũ earũ inter se cõtextũ ad actiones idoneũ exhibet. si uero indicia notasq; respicias, cuius corpus carnis mediocritatẽ præfert. porrò id tale est, quale inter gracile & obesum, medium esse docuimus. Nec refert si pro obeso corpulentoue crassum dixeris. Idem reliquorum quoq; excessuum in medio plane est situm, ita ut nec hirsutum id merito dixeris, nec glabrũ: sed nec molle, nec durũ: nec nigrum, nec candidum: adde etiam nec uenis amplis, nec obscuris: nec iracundũ, nec ignauum: nec somnolentum, nec peruigilem: nec hebetem, nec callidum: nec in uenerem pronum, nec à uenere alienũ. Quòd si omnibus quoq; corporis partibus plane medium omnis excessus teneat, pulcherrimum id uisu nimirum fuerit, utpote symmetron. Erit non minus ad labores omnes

planè idoneū: nec reliquis eucrasiæ, id est boni tēperamenti, cuiusq; mēbri notis quas in secūdo de temperamentis retulimus, destitutū. Nam multos uideas quibus caput attemperatū cōmode sit: thorax, uēterúe, & quæ gignēdo tributæ partes sunt, parū prospera tēperie sint. Quorundā uero in artubus intemperies est. Nō desunt & quorū unum aliquod uiscerū, aut alia quæpiam particula una, pluresúe, interim uero plura aliqua uiscera parum salubri sint temperamento. Ego uero in unica instrumentalium partium duo temperamenta, idq; in nō paucis notaui, ita ut, uerbi gratia, reliqua omnis uentriculi concauitas uno tēperamento cōmodo incōmodoúe esset, alio ipsum dūtaxat uentriculi os. Cæterū de ijs, ubi de uitiosis corporum statibus disceptabimus, agetur. De optimo uero, & cuius singulę particulæ uniuersam substantiam inculpatam habent, nunc dicetur. Huius ergo sortis homo cum arti sanitatis tuendæ traditur educandus, fortunatus utiq; sit, si statim editus in lucem ei cōmittatur. Ita nanq; ad animi quoq; affectus nonnihil lucrifaciet, ipsa nimirū recta uictus ratione mores quoq; probos reddente. Cæterum si in aliqua etiam sequentium ætatū eius se moderationi summittat: sic quoq; cōmoda sentiet non mediocria. Sanè primū dicetur quemadmodum si huiuscemodi hominem ab initio susceperis, eundem per omnē uitæ cursum sanum custodias: modo nequid uiolētū extrinsecus illi incidat: id quod utiq; ad sanitatis tuendæ artificem parum attinet. Secundo loco quemadmodum si non recens natum puellū acceperis, sed qui iam præceptoribus dari sit habilis, eius quoq; curam ages. Postremo quemadmodum reliquarum ætatum cuiuslibet.

X Ergo recens is natus infantulus cuius corporis constitutio omni nota uacat, primum quidem fascijs deligetur: sed corpori prius toti sale modice insperso, quo cutis eius densior solidiorq; ijs quæ intus sunt partibus reddatur. In utero enim æque cum reliquis mollis erat: cum nec durius ullum corpus inibi contigerit, nec aer illi usquam frigidus inciderit: quorum cōmercio contracta densataq;, & quàm ipsam et prius, & quàm reliqua mēbra densior duriorq; fieret. At quoniā iam editus infans, in frigore, calore, atq; inter corpora multo se duriora uersetur necesse est, ob hæc ipsa nimirū naturale eius tegmen præparari quodammodo à nobis, reddiq; ad indolentiam & tolerantiā quàm aptissimū par est. Ita uero qui secundum naturam se habēt infantes, uel solo sale præparati munitiq; abunde fuerint: quando qui siccorum myrti foliorum, aut aliorū id genus inspersione egent, ijs planè uitiosus status sit. Nobis uero ad præsens de ijs qui optimo statu sunt, differere propositū est. Ergo hi fascijs (ut dictum est) inuoluti, lacte pro alimento utantur, & balneis salubriū aquarum. Vniuersam nanq; uictus rationem humidam sibi adhiberi postulant, ut qui cæteris ætatibus temperamēto sint humidiore. Atq; ex ijs quæ ad sanorum uictus rationē sunt necessaria, primum hoc se ad disquisitionem statim offert. Nam sunt qui humi-

A diores naturas siccandas semper putent: sicuti ediuerso quæ frigidiores sunt, calefieri debere: madefieri quæ sicciores: frigefieri quæ calidiores. Quippe similibus quemlibet excessum augescere, contrarijs remitti ac minui: unoq; uerbo, cōtraria contrariorum esse remedia. Oportuit uero non id modo Hippocratis legisse eos, meminisseq;, sed et illa quoq; in quibus ait humidam omnem uictus rationem febricitantibus esse utilem, præcipue uero puellis, & ijs qui tali refici uictu sunt assueti. Videtur em̄ in his tria deinceps pari inter se iure posuisse, morbū, ætatē, consuetudinē. Atq; à morbo quidem contrarij adhibendi indicationē accipit, ab ætate, & consuetudine similium. Febri nanq;, ceu morbo calido & sicco, humida conueniunt.
B Puellis, ut quibus ea ætas non morbus, sed secundum naturā sit, id maxime est utile, quod planè est simillimū. Pari modo cōsuetudini, utpote quę adscititiam acquisititiamq; naturā in corporibus gignit, cōtraria dedisse in primis est noxium. atq; hæc merito. Quæ enim corpora secundū naturā se habēt, ijs seruari custodiriq; suum habitū decet. quæ morbo aliquo premuntur, ijs contra alterari, & ad contrariū habitū trahi expedit. Ac seruatur quidē similibus unumquodq;: alteratur cōtrarijs. Haudquaq; itaq; siccandi pueri sunt, si modo in his nulla præter naturā humiditas subest, qualis in raucedine, grauedine, distillatione, catarrhoq; conspicitur, sed pro naturæ ratione alendi, ac dulciū aquarum balneis humectandi: (quæ enim medicā uim
C aliquam præ se ferunt, omnes planè siccant, ueluti quæ sulphuris aliquid, bituminis, aluminisúe repræsentant) tum cibo eo potioneq; nutriendi, qui humidæ quammaxime naturæ sint. Ad hunc modum & natura ipsa pueris consuluit, & lac matris in humentis alimenti usum præparauit. Atq; optimum quidem est etiam reliquis fortasse omnibus infantibus ipsum lac matris, modo nullo morbo sit corruptū: maxime uero ei qui optimo est temperamēto, de quo nunc sermo instituitur: quippe cuius maternū non corpus modo totū, sed etiam lac à uitio esse alienum non sit absimile. Ac sanguine quidem dum adhuc in utero gestamur, ali nos cōstat. ex sanguine uero lac gignitur, exiguam in mammillis mutationē adeptū. Quare qui matris
D lacte pueri aluntur: ij iam non solū consueto, uerū etiam maxime proprio utuntur alimēto. Videtur autē non modo nutrimentū id natura infantibus pręparasse, uerum etiā facultates quasdam naturales quibus eo utanť, ab initio protinus contulisse: quando si modo natis papillā statim in os inseras, & sugunt lac ipsum, & deglutiunt promptissime. Quin sicubi forte offendunť ploratúe, nō minimū ijs doloris lenimen est nutricis papilla ori indita.

XI Quippe tria hæc doloris infantium remedia nutricibus ipso usu edoctis inuenta uidemus: unū quod modo retulimus, & altera duo, motum mediocrem, & uocis modulationem. Quibus perpetuo usæ non solum mitigant, sed etiam somnum conciliant: uel hoc ipso testificante natura ad musicā eos et exercitia suopte ingenio esse propēsos.

Adeo

Adeo quisquis his artibus probe uti sciet: is nimi- A rum & corpus & animum optime instituet. Nutricibus igit. triplex puellis excogitata dimotio est: in cunis, in lectulis pendentibus, in suis ipsarū ulnis. ubi iam hoc aliud quoq; nobis æstimandū oritur, ad sanitatis tutelam uel in primis necessarium: cum Asclepiades planè aperteq; exercitationes damnet: Erasistratus uerecūdius timidiusq; decernat, cæterū idem cum Asclepiade sentiat: reliqui ferè medici non solum ad euexian, id est bonā corporis habitudinem, sed etiam ad sanitatē eas prædicent. Porrò exercitationū tria saltem prima notant genera, utiq; quot motionū differentiæ. quippe aut à nobis ipsis mouemur, aut ab alijs, aut medicamento. Horū tamē tertia species ad sanos nequaq; pertinet. Sed qui ab altero præstat motus: B nauigando, equitando, uehēdo, atq; ut paulo ante dictum est, in cunis, lectulis, ulnisq; obitur. Recēs tamen nati puelli tam ualentē motū quàm est qui uehiculis, nauigijs, equis ue præstatur, adhuc non desiderant. At qui iam tertium aut quartū annum agūt, his uehiculo nauigioq; modice agitari licet. Septennes uero etiam ualētiora exercitia tolerāt, ita ut equitare iam assuescant. Per se uero moueri tum primū pueris licet, cum iam repere cœperūt, magisq; etiā cum ingredi. Immature uero cogendi omnino non sunt: ne artus eorum distorqueantur. Sanè uel hac ætate facile declaratur quanta sit naturæ nostræ cum exercitijs societas, cū pueros, nec si concluseris loco aliquo, prohibeas quo minus discurrant, ac pullorum uitulorumq; ritu lasci- C uiant. Quippe sua cuiq; animāti natura satis est ad proprias cōuenientesq; excitandas appetitiones, quibus sanitatem salutemq; tueatur. Verū Asclepiades nihil horum cogitans, per magnum otium captiunculas texit, quibus docere conetur nihil ad bonā ualetudinē exercitia conferre. Verū huic postea quod par est respondebit, ceu garrulitate ad finē potissimū taxanda. Est enim nobis hoc loco propositū non sophistarū nugas refellere, sed quod ad sanitatē tuendā cōducat, præcipere. Itaq; ad infantes redeo q optimo corporis habitu sunt. porrò his animi quoq; mores citra uitium esse par est. Qui enim iusto sunt ad iram magis procliues, aut animo planè demisso, aut sensiles magis aut insensiles, aut præter modū gulosi, hos parū idoneo D temperamento esse ijs partibus quibus prædictorum singula administrant, necesse est. Proditū uero de his fusius est in ijs libris quos de Hippocratis Platonisq; placitis scripsimus. Verū qui nunc propositus infans est, undecūq; absolutus est. Huius ergo sicut nullū ex animi moribus corrigere, sic eosdem seruare ne quo uitientur, oportet. Seruatur uero quidq; ijsdē planè generibus, quibus corrumpitur. Corrumpuntur animi mores praua consuetudine cuiusq; horū, cibi, potionis, exercitationis, uidendi, audiendi, totius deniq; musices. Itaq; peritū horū omnium esse eum medicū oportet qui sanitatis tuendæ curam suscipiet, nec ea opinione esse quasi ad solum spectet philosophum animi mores effingere. Quippe huic ob aliud omnino maius id muneris tribuitur, nempe animi sanitatē: medico uero, ne corpus facilius in morbos dilabatur: quando iracundia, fletus, ira, tristitia, cura immodica, & multæ super his uigiliæ febres accendunt, ac grauissimis ualetudinibus initia præbent: ueluti ediuerso cogitationis mentisq; segnitia, ac animus omnino deses, decoloratos, atq; ex atrophia, id est nutriendi defectu graciles, ob naturalis caloris imbecillitatē reddunt. hūc enim calorem præter cætera intra sanitatis fines custodire oportet. Custoditur autem modicis tum corporis tum animi exercitijs. Qui nanq; motus modū non seruant, siue ij ex rationali, siue ex appetitoria, siue ex animosa animi parte cientur, si modū nimium excesserūt, biliosum animans reddūt. Si intra modum nimiū subsistunt, pituitosum frigidumq; efficiunt. Et sanè priorem habitudinem febres, & qui calidiores affectus sunt: posteriorem iocinoris & uiscerū obstructiones, comitiales morbi, apoplexiæ, in summa, destillationum fluxionumq; morbi plerūq; excipiunt. Et nos ęgros quotannis non paucos persanauimus solis animi motibus ad debitum modum reuocatis. Est uero non spernendus huius sententiæ testis, ipsum patrium nobis numen Aesculapius, qui multas scribi cantilenas, mimosq; ridicularum rerum fieri, & melodias quasdam instituit ijs quibus uehementiores animosæ partis motus, corporis temperamentum iusto calidius efficerent. Alijs quibusdam, neq; ijs paucis, uenari, equitare, atq; armatos exercitari iussit, ijsdemq; statim tum motuum ipsorum speciem, utique quibus motus iniunxit: tum armorum, quibus armatis exerceri præcepit, definiuit. Nō enim quo pacto excitetur erigaturq; animosa pars, cum imbecilla sit, præcipere sat habuit, nisi etiam mensuram eius ab exercitationum idea definiret. Non enim pari modo excitatur ea animi portio cum apris, ursis, tauris, & alijs id genus præualentibus robore belluis agitandis sumus attenti: & cum leporem, capream, & id genus fugacia ac timida sectamur. Nec similiter cum in leui armatura, & graui exercemur. Nec pariter cum citato cursū dimouemur, & cum mediocri motu agimur. Nec ubi cum alijs contendimus, & ubi soli agimus. Iam clamore, an tacitus ad labores inhorteris irritesq;, non parum sanè interest.

XII Verum de his latius dicetur in sequentibus. Sed infantes qui optimum sortiti sunt temperamentum, (de his enim sermo erat) non leui cura egent, ne quos animi motus immodicos incurrant. Quippe loquelę adhuc expertes, ploratu, clamore, iracundia, & inordinato sui motu, dolorem indicant. Nostrum igitur officium sit, coniectantes quid desiderent, assidue id suppeditare, prius quàm auctus dolor in nimiū atq; inordinatū motum unà cum corpore etiam animum ipsum uniuersum conijciat: Siquidem dentientes, aut ab externo quopiam offensi, aut aluum exonerare, aut meiere, aut esse bibereue cupiētes, perinde ac discruciati plorāt, atq; enormiter mouent. Fieri etiā potest ut frigore offensi teporē desiderent: sicuti

contra æstu afflicti refrigerationem. Est quando multitudinem instratorum non tolerant. Quippe multos offendit id quoque non minimum: maxime uero cum aut totum corpus uertere, aut etiam artus mouere cupiunt. Quinetiã ipsa quies si sit diuturnior, non parũ molesta esse solet, quando nulla animans immodico ullo delectat, sed semper medium modum expetit. Porrò medius modus non unus omnibus est, sed ex eorum semper est numero quæ in collatione ad aliud spectantur. Quocirca qui curam infantis educandi suscipiet, hunc plane ut acrem mediocritatis conuenientisque coniectorẽ esse, ita hæc semper præbere oportet priusquã ex desiderio cuiusuis auctus dolor simul cum corpore animũ quoque in motus immodicos conijciat. Quòd siquãdo quod infestat, imprudentibus B inscientibusque nobis auctum esse contigerit, corrigere id tentabimus illico uel præbito quod expetit, uel sublato quod offendit, etiã motu per ulnas nutricis adhibito, ac uocis modulamine, quo uti prudentiores nutricum consueuerunt. Ego nanque puello quodam totũ diem irato, plorantéque, ac immodice se inordinatéque iactante, nutrice ipsa omnis consilij inope, deprehẽdi quod offendit. Quippe ut neque papilla in os immissa, neque à nutrice prolatus si forte meiere, aut aluum exonerare uellet, lenitus est, sed nec cum ab ulnarũ agitatu cõmoueri est cœptus, aduerti autẽ tum lectum, tum inuolucra, tum uestes ipsas sordidiores, præterea puellum ipsum immundũ, atque illotũ lauare detergeréque iussi, tum lectulũ mutare, ac uestem omnẽ tersam mundamque præbere. Quibus peractis, protinus ab immodico motu conquieuit, illicoque dormiuit non suauissimum modo, uerumetiam longissimum somnum. Vt uero recte conijcias quæ puello officiant: non modo solertia est opus, sed etiam assidua de ipso qui nutritur experientia.

XIII Hæc igitur omnia usque in tertium à natali annum circa puellum peragenda censeo. In primisque de nutrice ipsa non minimã habendam esse curã, quid edat, quid bibat, quo pacto in somno, uenere, exercitatione se habeat: ut uidelicet lac eius egregie sit temperatum: quale certe erit si sanguis eius quàm optimus sit. porrò is talis est, qui nec flaua abundat bile, nec atra, nec pituitosus est, nec serosus, nec aquoso liquore permistus. Nascitur autem eiusmodi sanguis ab exercitatione moderata, & cibis tum boni succi, tum iusto tempore modoque assumptis, præterea potione tempestiua modicéque sumpta. De quibus omnibus in ijs quæ post dicentur, diligenter agetur. A uenere omnino abstinendam esse quæcunque lac præbebit, moneo. Nam & menses uiri consuetudine prouocantur, & lac odoris gratiam in deterius mutat: quinetiam aliquæ in utero concipiunt: quo alienius à puello adhuc lactante nihil est. Ita enim quicquid sanguinis est optimũ, in fœtum absumitur. Quippe is cum proprium in se uitæ principium contineat, & huius moderamine agitur, & assidue conueniens sibi alimentũ trahit, utero ipsi ueluti radici adhærens, nec usquam ab eo nocte dieúe discedens. Interim uero non minor modo, uerumetiam A deterior rationabiliter redditur ipsius grauidæ sanguis. Quo fit ut lac ipsum tum peius, tum uero exiguum in mamillas colligatur: Quare si quæ infantem lactat, uterũ gerit: ego magnopere suaserim aliam inueniendam nutricem. Cuius etiam lac gustu, odoratu, uisu considerandum explorandumque diligenter sit. Siquidẽ quod optimũ est, id gustanti olfacientique plane suaue, intuenti candidum, æquabile, ac liquidi crassique medium apparebit. Quod uitiosum est, ediuerso aut crassum & caseosum, aut liquidum & serosum ac liuidũ, tum consistentia ipsa colore que inæquabile uidebitur. Idẽ gustãtibus amarorẽ, aut salsedinẽ, aut qualitatẽ quãpiam extraneã exhibebit. tale uero nec olfacienti suaue erit. Atque lactis probi improbique hæc sunto indicia. Quibus diligenter animaduersis, quoties uel concepit mater, uel morbo aliquo est affecta, ad aliam nutricẽ quæ iudicio delectúque paretur, festinandum censeo. Tum uero puellum quoad priores dentes emiserit, solo lacte alendum. Quo tẽpore eum solidiori quodãmodo iam cibo assuefacere cõueniet. quod etiam experientia plane doctæ mulieres faciunt: primũ panẽ, mox legumina, ac carnem, & similia, omnia prius cõmansa puellorum osculis immittentes. Corpus autẽ infantium cõfricare oportet oleo dulci: sicuti id ipsum recte peragunt nutrices pleræque, statim ipsas corporis partes modulantes atque fingentes. Verũ in eo quẽ ꝓposuimus puero, qui corporis statu est optimo, C quod ad membrorũ modulum saltẽ attinet, nihil est quòd curiosa nutrix sit, sed tantum fricet quotidie mediocriter, ac lauet: idque quam fieri maxime potest lacte in uentriculo minime adhuc hærente crudo: quippe quod periculũ est ne priusquam probe sit concoctum, in totum corpus infantis digeratur. Multo uero maxime si quis uentriculũ ipsum adhuc lactis plenum infricet, tum corpus crudo alimento implebit, tum caput onerabit. Quo magis prospiciendum in primis est, nequid nutrimenti neque ante balneũ, neque ante frictionẽ puerulo præbeatur. Id fiet si ad hæc administranda nutrix post longissimũ somnũ tempus obseruet. Id enim maxime temporis est, in quo uel inanem plane uẽtriculũ inuenias, uel certe concoctũ, siquid in eo re- D mansit. Quæ autẽ ut hodie fit faciunt, sane lædunt, aliæ unum & certum diei tempus præscribentes, aliæ cum ipsæ à negocijs uacent, tum demum curantes. Quo fit ut sæpius lædi quam iuuari puellos necesse sit. Quippe quod à nobis præscriptũ tempus est, aliàs in aliud diei noctisúe tempus incidit.

XIIII Maiorum tamen puerorum, qui uidelicet plagis, minis, obiurgationi, monitis parere norunt, ijs duplex tum fricandi, tum lauandi temporis occasio est: prior ac cõmodior, cum matutino somno surrexerint, deinde luserint, ac iam cibũ petant. Tum enim maxime uocandi ad hæc sunt, ac corpus quidẽ ad sanitatẽ pariter & bonã habitudinem, animus ad obsequelã & temperantiam exercendus. Interminandumque non aliter nos cibum præbituros, nisi prompte quantum ipsi uelimus, frictioni

frictioni balneoq; se permiserint. Atq; optimum quidem tempus hoc fuerit. Quòd siqua occupatione, qui puellũ alit, auocetur, modico pane præbito ludere permittat, quantũ uelit: dein cum rursus cibũ petierit, tum fricet, lauetq;. Minime tamẽ bibere ei permittendũ post cibũ est quẽ balneum excipit: quando ita præcipitatior eorũ quæ uentriculus cõtinet, distributio in corpus fiet. Id uero in corporibus prorsus sanis cauere oportet, Quippe quibus utilius sit ante balneũ cibũ dedisse, horum plane improbandi tum affectus sunt, tum corporum status. De his uero in sequentibus dicemus, nunc premendum nobis propositũ est: nempe ut puellum cui optime affectum corpus sit, sic educemus, ut talis perpetuo seruetur. huic expedit, ut cibus balneum sequatur. Quòd si, quo loco puellus alitur, balnei copia non sit, (fortasse uero nec ista unq; legent qui ibi habitãt) in concha pueros lauant, donec alterũ iam tertiumue ætatis annum attigerint. Qui uero hos annos excesserint: eos, si non quotidie, at certe tertio quoq; die quartoue unguntatq; infricant. Quòd si anni tempus non prohibeat, stagna amnesq; his balnei loco sunt. Apud Germanos enim plane ne nutriri quidẽ infantes contenderim. Verum nos neq; Germanis, neq; alijs agrestibus aut Barbaris hominibus hæc prodimus, non magis equidem ꝙ ursis, apris, leonibus, aut alijs id genus feris: sed Græcis, & ijs qui tametsi genere sunt Barbari, Græcorum tamen æmulantur studia. Nam quis, quæso, nostrũ tulerit, modo editũ infantulũ, etiã ab utero calentẽ, ad flumen deferre, ibiq; (sicuti Germanos aiũt) ceu candens sit ferrũ, in frigidũ humorẽ mergendo, simul de naturæ uigore periculũ facere, simul corpus ipsum roborare? Quippe si citra noxã id tolerauit: & ꝙ propriæ naturæ robur ostendit, & nouũ præterea robur ex frigidæ cõmercio cõparauit, nulli non pateat. Cæterũ si ab externo frigore naturalis calor sit uictus: ꝙ protinus interire necesse sit, id quoq; neminẽ latet. Quis igitur mentis cõpos, nec omnino ferus, Scythaue, propriũ filiolũ in id agere discrimen sustineat, in quo errorẽ mors sequitur: potissimum cum ex eo periculo non magnum sit quod lucrifaciet? Asino enim fortassis, aut id genus experti rationis animãti utilissimũ fuerit densum ita tergus durumq; effici, ut citra dolorem frigus toleret. Homini ratione prædito, cuinã quæso tam magno sit usui? Non enim siquis absolute, citraq; exceptionẽ pronunciet cutem densissimam durissimamq; utilem ad sanitatem esse, is recte dicat. Cum nanq; animalis corpori duplex instet incõmodum, alterum ab externis, alterum ab internis occasionibus: quorũ certe rara mollisq; cutis est, ij ab extrinsecus imminẽtibus malis facile tentantur: quorum densa ac dura, ab internis. Itaq; etiam Hippocrates ubi de ijs præcipit quę in nobis ab alimẽto ad cõmodum incõmodumue cedunt, post alia multa, hæc scripsit: Raritas corporis ad transpiratum ijs quibus plurimum aufertur, salubrius: quibus minus, insalubrius. Præstat ergo utrunq; declinasse excessum, nec adeo aut densam

A reddidisse cutem, ut corporis transpiratum prohibeat: aut raram, ut facile à qualibet extrinsecus incidenti occasione lædatur. Tale porrò natura est propositi nobis hoc loco puelli corpus, cũ sit medium omnis excessus. Est ergo id ea ratione alendum, ut status sui gratiã perpetuo seruet. Seruabit aũt, si primis quidẽ annis solo lacte nutrias, ac balneo dulcis aquæ et calẽtis utare: quò uidelicet corpus eius molle ꝙ diutissime seruatũ, ad plurimum augmenti perueniat. Ab his annis cum iam mitti in ludum ad præceptores est habilis, non necesse erit assiduis præterea balneis uti, sed interim dum luctari condiscit, mediocriter inibi ante cibũ exercitari sat erit, ac balneo plerunq; abstinere. Modũ uero in labore excessisse, quod nonnulli pædotribæ pueros cogunt, prorsus alienum est. B siquidem intempestiua duritie corporis inhibetur auctio, etiã si natura sit ad auctũ quãmaxime cõparatum.

XV Sane uinũ ꝙ diutissime qui ea natura puer est, ne gustare quidẽ suaserim, quippe quod haustũ & humectat nimiũ, & calfacit corpus, tum caput halitu replet ijs qui humido calidoq; temperamento sunt, quale est eiusmodi puerorum. Atqui nec repleri his caput est utile, nec supra ꝙ par est humidos calidosq; fieri: quoniã eò iam caloris humoris ꝙ peruenerunt, ut si paululũ utrãuis qualitatem auxeris, iam modũ excesserint. Cum autẽ sit omnis excessus fugiendus, maxime hunc fugere expedit, ex quo nõ corpori modo, uerumetiã animo damnũ accedit. Quare neq; iam adultis uinũ, C nisi modice sumptũ, existimandũ est utile esse: ꝙ uidelicet & ad iram & libidinem præcipites facit, & partem animi rationalem hebetem turbidamq; reddit. Cæterum his ipsis ad bilis excrementa uel mitiganda, uel expellẽda, est sane non inutile: non minime uero ad eam siccitatẽ quę in solidis partibus aut ex immodicis laboribus, aut ex proprio ætatis tẽperamento prouenit. Humectat nanq; ac nutrit quicquid immodice siccatũ est: tum bilis amaræ acrimoniã mitigat ac frãgit: præterea per sudores urinasq; uacuat. Pueri uero, ceu qui talem succũ minime colligunt, quiq; naturalẽ humiditatem plurimã obtinent, ut cõmodorum quæ uini potio largitur, plane non egẽt: ita incõmoda quæ affert, tantũ sentiunt. Nemo itaq; rationis cõpos D ea uti potione pueros sinet, quam, præterꝙ quòd nullum affert cõmodum, immensum etiam sequitur incõmodum. At frigidæ potione omnino prohibendos eos non censeo, quod tamen aliqui faciunt: uerum à cibo plerunq;, & per calores, cum ipsis cordi erit, uti non displicet, potissimũ uero si copia eis sit fontanæ recentis, cui nulla qualitas uitiosa aliunde sit cõtracta: ea si non est, reliquarum. Cauendæ uero sunt quæ ex stagnis hauriuntur, & quæ turbidæ, & quæ male olentes, & quæ salsæ: deniq; in quibus qualitas aliqua gustu deprehẽditur: quando quę optima est, ea penitus non gustui modo horũ, uerũetiã olfactui omnis qualitatis expers uidebitur. Eadẽ tum quoq; potui iucũda erit, tũ plane pura. Quòd si præcordia quoq; celeriter transit, nihil est ꝙ magis idoneã requiras: quando

siqua

siqua pura lympidaq; est, nec potu insuauis, nihilo secius tamen circa præcordia hæret, hec uitio non caret; atq; abstinendũ ab ea censeo utiq; cũ prorsus est frigida: cæterum à calefacta non deterreo. Ac tutissimũ quidem sit experiẽtia ipsa de huiusmodi aqua iudicium fieri. Quòd siquis est, qui ex notis potius uim eius prænosse malit: Cuius fons è petra scaturiens, contra Septentriones fluit, Solemq; auersum habet, hanc ægre concoctũ iri, tardiq; transitus esse putandum est; eadem nimirum calefiet frigefietq; tarde. Cõtra cuius ad orientem Solem fons erumpit, quæq; per meatum aliquem mundum, aut puram colatur terram, eademq; calefit ac refrigeratur ocyssime: hanc omni ætati utilissimam esse existimandum est. Non enim sicuti uino, escis, exercitatione, uigilijs, somno, ac uenere, alijs aliàs uti pro ratione ætatis expedit, ita de aqua quoq; statuendum est: sed quam nunc optimam indicauimus, hac uti puero, iuueni, seni, conducet. Idem de aere iudicandum: quem optimum in pulmones trahere, omnibus iuxta salubre est.

XVI Optimũ aerem censeo, qui prorsus sit purus. Eiusmodi uero fuerit qui nec stagni, nec paludis halitu sit infectus, nec ex profundo specu pestilentem auram spiret, qualis circa Sardis, & Hierapolin, aliubiq; in multis terrarum locis uisitur. Nec qui ex cloacis quæ urbẽ aut numerosum exercitum purgent, uitium contraxit. Nec qui ex animalium, olerum, aut leguminum putredine, aut fimo coinquinat. Nec qui ob stagnum uel flumen uicinũ nebulosus est. Nec qui editis undiq; montibus in cauo loco clusus nullum recipit perflatũ. Suffocans enim putrisq; est, similis ei qui in domibus quibusdam est inclusus, in quibus ob putredinem, & perflatus defectum, plurimus aceruatur situs. Huiusmodi ergo aer omni planè ætati est noxius: sicut ediuerso qui purus omnino est, nulli nõ ætati est utilis. At uero quæ ex calore, frigore, siccitate, humiditate, diuersitas aeris contingit, non perinde se ad omnes homines habet. Sed corporibus quæ optimo temperamento sunt, etiam optime tẽperatus aer est saluberrimus. In quibus uero aliqua exuperans qualitas dominatur, ijs utilissimus aer est qui ei qualitati maxime est aduersus, frigidus calidæ, calidus frigidæ, humidiori siccus, sicciori quàm par est, tanto humidior, quanto siccitas ipsa modum excessit. Atq; hæc quidem hoc loco intellexisse sat est. Quemadmodum uero incõmoda quæ ex uitiosis aere aquisq; proueniunt, corrigas: alio uolumine dicetur. Nunc enim optimum corporis statum, simul cum optima uictus ratione, ceu scopum ac regulam quandam tractare constitui. Quæ enim uitiosa in aliquo corpora sunt, horũ uarietates omnes unà cum idonei ipsis uictus ratione in sequẽtibus libris prosequemur. Quare rursus ad optimi status puerum reuersi, secundum septenniũ eius explicemus, & cuius temperamenti sit, & quodnam postulet uictus genus. Ergo temperamentũ eius (ut in libris quos de tẽperamentis scripsimus, euidenter ostendimus) calidum est eodem gradu quo prius, humidũ uero

A non eodem. Quandoquidẽ omne animãs ab ipso statim ortu siccius in dies efficitur: minime tamen per omnes ętates aut calidius aut frigidius euadit. Sed quorum optime se habẽt corpora, ijs calor similis quodammodo usq; ad summum incrementum manet. quorum uero humida frigidaq; supra optimæ conditionis corpus sunt, horum calor augetur. Sed non est nunc de his sermo. Cui uero optimi status corpus contigit, is ad quartumdecimũ usq; annum iam traditam uictus rationem obseruet: illo tamen in exercitatione seruato modo, ut neq; immodice se, neq; uiolenter exercitet: ne corporis id incremẽto sit in mora. Lauetur autem calida potius quàm gelida, ut qui nondum hanc citra noxam tolerauerit. Hoc ætatis animum quoq; B finxisse aptissimum est, idq; potissimũ probis consuetudinibus, & grauibus disciplinis, quæ animo modestiam pariant. Quippe ad ea quæ sequente ætate circa corpus eius moliri oportebit, maximo compendio sit animi modestia, & ad parendum facilitas. A secundo uero septennio usq; ad expletum tertium, siquidem ad robustissimum corporis habitum prouehere hominem cupis, aut militem eum strenuum, aut luctatorem, aut aliàs uiribus insignem destinans: utiq; de ijs animi dotibus quæ ad scientiam sapientiamq; pertinent, minus laborabis. Quæ enim ad mores spectant, hac maxime ætate perfici absoluiq; conuenit. Sin corporis membra roborare hactenus cupis, dum sanum quendam habitum & incrementũ ijs cõpares, ani- C mi uero rationalem partem ornare adolescẽtis studes: non est utrobique eadem uictus ratio ex usu. Quanq; etiam tertiam quartamq; uitæ formulam licet inuenire; alijs sordidarum cuilibet artiũ deditis, idq; uel ei quę corpus exerceat, uel alienum ab exercitio id teneat: alijs ad agriculturam, uel mercaturam, uel tale quippiam se conferentibus. quæ genera tot numero sunt, ut difficile certe uideatur omnes uitæ species certo numero complecti. Ac ars quidem quæ sanitatem tuendam profitetur, omnibus profecto hominibus sanitatis tuendæ documenta pollicetur, aut singulorum propria, aut omnium cõmunia: aut hæc quidẽ propria, illa uero cõmunia. Verumtamen fieri nequit, ut de omnibus simul differatur: sed ut primo loco quemad- D modum quis ad longissimũ prolata uita, etiam bona ualetudine perpetuo utatur. (Sanè hanc uitam ab omni quod necessitate se ingerit negocio, liberam esse oportet, ac soli corpori uacare.) Secundo loco, ut de ijs quæ cum arte aliqua, aut opere, aut exercitio, aut ministerio priuato publicoúe, in summa, quæ cum premente aliquo negocio coniunctæ sunt. Sic utique fieri potest ut de omnibus differatur. Neq; enim aliter aut dilucidus, aut memoratu facilis, aut certe methodo traditus sermo noster uideatur, nisi hunc ordinem sequatur.

XVII Sed ad id quod primo loco propositum est, reuertendum, docendumq; quemadmodũ qui optimum corporis habitum est nactus, ab omnibus quæ ad publicum in uita spectant, secedens, ac sibi soli uiuens, nec morbo ullo quoad fieri potest

test unquam tentetur, nec ante longissimum uitę tempus morte occupetur. Immortale nanq; fieri quod genitum est, planè nõ potest: tametsi nostri temporis philosophus quidam in egregio scilicet opere illo in quo immortalitatis uiã docet, id ostendere sit aggressus. Vt uero in plurimum perduret tempus, id uero fieri posse profecto conuenit, pręsertim eius qui optima sit natura. Sunt enĩ qui ab ipso ortu adeo improspero corporis sint statu, ut ne si Aesculapium quidẽ ipsum ijs præfeceris, uel sexagesimũ annum uideant. Sed non est nũc de his locus. Quare ad illũ potius qui optimo est habitu, reuersi, repetamus ea quæ inter initia demõstrauimus. Nempe q̃ comesse bibereq; nobis necesse est, propterea quòd è corpore nostro aliquid semper defluit. Cum uero edendum nobis bibendumq; sit, necesse rursus est excernẽdorum curã rationemq; haberi. Horum uero cũ uariæ sint species, aliæ eorum quæ in uentre perficiuntur, aliæ eorum quæ in iocinore, arterijs & uenis, aliæ eius quod per singula membra distribuitur alimenti: sanè cuiusq; suam esse uacuationẽ oportet: sicuti idipsum ab initio instituisse natura uidetur, quæ instrumenta animalibus contulit alia quæ excremẽta ipsa expurgent ac separẽt, alia quæ deducant, alia quæ in unũ colligant, alia quæ excernant. De quibus omnibus tractatum nobis fusius est in ijs cõmmẽtarijs quos de naturalibus facultatibus, & quos de particularũ animalis usu inscripsimus. Nunc uero hypotheseos loco præsumenda erunt ad ea quæ paramus. Primum nanq; excrementũ & à syncero separat̃, & paulatim impellitur per om̃ia intestina usq; ad satis capax spatium, quod in eo intestino uisitur, quod ab argumento rectum uocant. Ad cuius exitum musculi quidam sunt inserti, qui ipsum coerceant, intusq; detineant, ac ne immature effluat uetent. Postea uero quam plurimum congestum iam graue animali fuerit, tũ foras agi sinunt, ad celeritatẽ emissionis etiam abdominis musculis unà cũ transuerso septo adiuuantibus. Iocinoris excremẽtorum, aliud est quale quod florem in uino appellant, aliud quale quod fex dicitur. Attrahitur alterũ à uesicula quę iocinori subijcitur, alterum à liene. In his collecta, excernuntur, alterum in priorem tenuis intestini partem, alterum in uentriculum, ab hisq; iam per omnia intestina unaq; cum sicciori alimẽti excremento permeãt. Quod autem in uenis & arterijs excrementum aceruatur, eiusmodi planè est quale in lacte concreto serum. Hoc renes à sanguine secernentes, ad uesicam transmittũt. Ea porro id colligit, seruatq; ad eundem fermè modum quem de sicco excremẽto supra retulimus. Quippe adnascitur hic quoq; ad exitum ipsum musculus quidam transuersus, qui osculum uesicæ ita ad unguem comprimit, ut inde nihil effluat. Postquã uero huius quoq; collecta iam copia animal urget, illico se remittens laxansq; statione cedit. Vesica uero omne excremẽtum excernit: rursus hic quoq; ad celeritatem exitus liquidorũ excrementorum auxiliantibus musculis ijs qui in abdomi-

A ne sunt siti. Reliquum excrementorum genus in singulis animalis nascitur particulis ex ipso unde aluntur succo: aliud quidẽ ceu semicoctæ quæpiam reliquiæ, quæ adsimilari nutriẽdæ parti nequiuerunt: aliud quod transmittendi alimenti fuit uehiculum. Nunc functum officio humidũ tenueq; superest, quale nimirum serosum illud iã dictum quod ex uasis, id est uenis & arterijs, in uesicã defluit. huic excremento nullus certus à natura præscriptus meatus est. expellitur tamen partim actũ per ipsa molliora corpora quæ fluentis eius uiolẽtiæ cedunt, potissimum cum à spiritu maiore impetu irruẽte impellitur: partim etiam per exiguos omnes corporeæ molis meatus, πόρους Græci uocant: quorum nõ modo reliquum corpus uniuer-
B sum, sed etiam tota cutis plena est. Dictum autem nobis de generatione horum est in libris quos de temperamentis edidimus. Ergo tenuissimum huius generis excrementum facile sanè eijcitur, partim in speciem halitus ab insito calore solutũ, partim uiolento motu confertim erumpens. Appellant uero quod ita excernitur, sudorem. Alterum uero cui nullum publice nomen est, quod uidelicet nec uulgò est cognitum, ut quod cõspectum præ tenuitate effugiat: ab ijs qui id ratione contẽplati sunt, ἄδηλος διάπνοη διαπνοὴ Græce, id est transpiratio, uel perspiratio, uel perflatus sensum latẽs uocatur. In hoc insensibili perflatu etiã crassioris excrementi nonnihil excernitur. Huic autẽ & uehementiore calore, et fluoris impetu maiore
C opus est: cum alioqui periculum sit ne ante itineris finem sistatur, saltem ad cutim. Ab hoc excremento tum pilis originem esse ostẽsum nobis est: tum uero ijs quæ circa omniũ cutim semper aceruantur sordibus. Ac dicta fermè nobis uniuersa sunt tum generationis, tum etiam expulsionis excrementorũ necessaria capita: quæ in alijs nostris operibus quorum proxime meminimus, euidenti demonstratione asserta, hypotheses opportunę sunt ijs quæ nunc molimur. Nam quoniam eijci hæc oportet, utpote quæ uitiosa qualitate sint, tametsi Asclepiades reclamet: conuenit (arbitror) primum nouisse quibus maxime causis remorentur: dein rationem iniri qua nec in ipsas incidatur: ac siquando inciditur, q̃ primũ error corrigatur.
D Atq; ne incidatur quidem, hinc licet assequamur, utiq; si excreta abunde sint nécne, compertum habuerimus. ut uero erratum corrigatur, certa methodo est opus.

XVIII Dicamus itaq; primum à quibus maxime remorentur memoratorum excrementorum singula: mox quo pacto quod retentum est expediatur. Ergo ijs quæ in uentre continentur excrementis mora contingit aut ipsius cibi potionisq; culpa, aut ipsius uentriculi unà cũ intestinis. Et cibi quidem potionisq; uitio, aut propter qualitatẽ eorum, aut quantitatem: ad hæc ordinem, utẽdiq; modum. Et propter qualitatẽ quidem, si acerba, austera, aut siccæ naturæ fuerunt. Propter quantitatem, si iusto plura aut pauciora sunt assumpta. Ordinis culpa, si quæ sicca adstringentiaue sunt,

primo: quæ humida pinguia & dulcia, secundo lo- A
co sunt sumpta. Modi usus ratiõe, si cũ bis fuit edẽ
dum, totum semel sumpserit. Quæ uero uentris in
testinorumúe uitium sequitur excrementi mora:
uel ob naturalẽ eorum affectum accidit, uel certe
acquisititiũ. At quæ quidẽ naturæ eorũ uitio cau-
sæ proueniunt, ex prauis corporis habitibus sunt:
sicuti ubi de his agemus, dicetur. De acquisititijs
hoc loco agemus. Recentiũ uentris affectionum
octo sunt differentiæ, singulæ ipso genere intem-
peries: & quatuor quidem simplices, calor, frigidi
tas, siccitas, humiditas. quatuor compositæ, calor
unà cum siccitate, idẽ cum humiditate: frigus ad-
iunctum siccitati, idem cum humiditate. Sanè eò
creuisse magnitudinis harũ quálibet oportet, ut
iam inualidã reddiderit impultricem uim aut uen B
tris tãtum, aut gracilis intestini, aut plenioris, aut
etiam omnium simul, aut ex his quorundã. Crean
tur porrò eiusmodi intemperies modo ab ijs quæ
intrò in corpus sumuntur: modo ab ijs quæ foris
incidunt. Et ab ijs quæ in corpus sumuntur, cum
in cibo uel potione uis quæpiã medicamentosior
est immista ex earum genere quæ uel calfaciunt,
uel refrigerant, uel siccant, uel humectãt, uel unà
calfaciunt & siccant, aliáue quapiam connexione
harum qualitatum afficiunt. Ab ijs quæ foris inci
dunt, uel ambientis nos aeris uitio, (cũ is immodi
ce calfacit, aut refrigerat, aut siccat, aut humectat,
aut copula quauis harũ qualitatũ afficit) uel aquæ
qua lauerimus, uel unctiõis qua uncti sumus, uel
deniq; alterius cuiusquã quod cũ foris uentriculo C
adhæserit, aut calfaciendi immodice hunc, aut re-
frigerandi, aut siccãdi, aut humectãdi uim habuit.
His igiť de causis supprimitur excrementum uen
tris. At flauæ bilis excrementũ morať aut propter
attrahentis expellentisue facultatis infirmitatem,
aut propter uasorũ quibus deducitur atq; excerni
tur, angustiã. Porrò infirmitas tũ uesiculæ totius
quæ iocinori subijcit, tum eorũ meatuũ qui ab ea
in iecur subeunt, tum eorũ quibus in intestinũ bi-
lis euomiť: ex recenti intẽperantia prouenire po-
test, tali utiq;, quali intestinorũ uentrisq; impultri
cẽ uim lædi diximus. Angustia uero uasorum aut
phlegmões uitio fit, aut propter scirrhos, (hi sunt
durities quædã non sensiles) aut obstructionem,
aut circumiacentium partiũ innixum, aut osculo- D
rũ conniuentiam. Iam ipsa proximarum partium
cõpressio, aut propter immodicam copiam eorũ
quæ in se continent, aut propter phlegmonẽ aut
scirrũ accidit. Aeque & oscillorũ conniuentia, aut
propter horum quippiã, aut etiã siccitatẽ. Porrò
siccitatem accidere faciunt & quæ ualẽter adstrin
gunt, & quæ pariter calfaciunt & siccant. Illa nãq;
humorẽ exprimendo, & ipsas similares partes cõ
trahendo constringendoq; ac densando, hæc elici
endo per halitũ humores siccitatẽ inducunt. Phle
gmone nanq; & scirrhus quoniam morbi planè
sunt, ad præsentẽ disputationẽ non pertinẽt: & a-
lioqui de ipsis commodius agetur in sequẽtibus.
Pari ratione atræ bilis excrementum aliquando si
steť, si lienis ad amaræ bilis uesicã: uena uero quæ

ad illum à porta iocinoris pertinet, ad uascula illa
quæ amarũ excrementũ attrahũt: quæ uero ex lie
ne in uentriculum fertur, ad meatũ illum qui ama
ram egerit, proportione sit affecta. At excremen-
tum quod per singulas animalis particulas conge
ritur: & copia sui, & crassitudine, & præterea len-
tore remoratur: ad hæc, ob imbecillitatem caloris
qui id dissecet soluatq;: præterea transitus angusti
am. Ac copia quidem, crassitudo, & lentor uel ex
cibi potionisq; natura prouenit, uel ex recẽti qua
piam alteratricis facultatis in eo qui nutritur, infir
mitate. Imbecillitas uero caloris qui id excremen
tum resoluat ac tenuet, ab exercitãdi defectu pro
uenit. Angustia transitus aut ob scirrhũ, aut phle-
gmonen, aut obstructionẽ, aut cõpressum alicu-
ius, aut conniuentiã euenit. Quorum cuiusq; ori-
ginis rationem paulo ante retulimus. Sunt tamen
partes quæ præter latẽtes hos meatus, alios quos-
dam apertos & conspicuos obtinent, sicuti cere-
brũ, & oculus. Id aũt institutũ à natura est aut pro-
pter eminentiam particulæ, aut propter actionẽ
exquisitius obeundam, aut propter cõtinentium
corporum spissitudinem. Est nanq; cerebrum ra-
tionalis animæ ceu domicilium. quod cũ osse soli
do undiq; sit septum, plurimis maximisq; canali-
bus expurgatur: primum per nares, & palatum: se
cundo per utranq; aurem, tertio per caluæ com-
missuras. Nec absimile est etiã aliquid ab eo con-
fluere ad oculos. Oculus uero ipse non tanquam
primatum aliquẽ inter partes obtinens, sed uelut
qui purus esse omino postulet, quò uidelicet pro-
be munus suum obeat, per euidentes meatus eij-
cit quicquid in eo excremẽti gignitur, nempe se-
cundum nasum, & iuxta palpebras.

XIX Ergo excrementorum tum causas, tum in
strumenta iam diximus. Quæ quemadmodũ quis
retenta expediat atq; euocet, deinceps docẽdum,
initio rursus à uentre sumpto. Ergo illud commu-
ne omnium excrementorum documentum sit, ut
retentionis causæ contrariam causam semper ad-
moueas. Speciale uero per singulas hoc, si come-
storum paucitate & siccitate restricta aluus sit, ut
tum plura, tum humidiora exhibeas. Si siccitate,
plura quidem nõ offeras, sed humidiora. Si auste-
ritate & acerbitate, dulcibus & pinguibus cibes.
Quòd si in ordine sumptorum erratũ sit, ut eum
errorem corrigas. Si cum bis edendum erat, semel
comedit: ut nõ bis modo, sed etiam sæpius pascas.
Eodem planè modo & recens contractas intem-
peries contrarijs remedijs sarcias: nempe quod
siccatum est humectans, quod refrigeratum est
calfaciens, ac reliquos affectus simili ratione cor-
rigens. Quibus uero hæc fiant: in ijs quæ de medi
camentis scripsimus, proditæ materiæ sunt. At fla
ua bile retẽta, siquidem obstructionis culpa id ac
cidat, eo qui extenuet uictu utendum: cuius ma-
teria singulari uolumine à nobis est tradita. Sin
ex compressu id eueniat corporum quæ & eius
bilis meatib. uicina sunt, & immodice sunt refer-
ta: siquidem ex crassitudine succi id incidit, exte-
nu ante uictu est utendũ. Sin ex multitudine, præ

sidijs quæ uacuent. Quòd si ob phlegmonen scirrhumúe id contigit, iam res sanitatis tuendæ professionem excessit. Sin propter recens contractā intemperiem quęcunq; uicta qualitas est, hanc restituere tentādum. Ad eandem formulam, & conniuentiam oscillorum aperire conueniet. Si ab austeris facta est, pinguibus & dulcibus adsumi iussis. Sin ijs quæ calfaciunt & siccant, successit, adhibitis quæ refrigerent & humectent. Dicetur autē taliū materia in sequentibus libris. Idē expurgandi modus etiam tertio excrementorum genere retēto, quod per singulas animalis partes colligi diximus, conueniat. Nam si contracta sint, & tanq̃ conniueant meatuum ora, per aduersa ijs quæ sic affecerunt, succurrendum est: nempe quæ ex frigidis causis ortæ coarctationes cōstipationesq; carneæ molis sunt, ueluti quæ ex ambientis frigore corporib. nostris inciderunt, eas calfaciendo. Rursus eas quæ calori siccitatiq; superuenerunt, ueluti quæ feruoribus euenerunt, refrigerando & humectando. Pari modo & quæ adstringentium uitio ꝑuenere, cuius generis sunt aluminosæ aquæ, has pingui ac molli frictione unà cū dulcis aquæ balneo reparando. Quòd si uel crassitudinis, uel abūdantiæ, uel lentoris excrementorum uitio obstructi meatus sunt: tenuatoria uictus ratio his apta erit, præterea medicamenta quæ calfaciunt ac dissecant, quædam intro deuorata, quædā foris admota: anteq; hæc omīa exercitatio. Nam ea quoque tum soluere excremēta potest, tum per sudoris meatus eijcere, tantoq; tam cibis quàm medicamētis tenuātibus præstat, quanto satius est nullo corporis nostri habitus incommodo exigi quæ redundāt, q̃ pariter & carne liquāda, & solidis extenuandis. Hæc nanq; incōmoda calidis attenuātibusq; medicamentis succedunt. Exercitationib. uero adeo nihil tale succedit, ut etiā firmitas quædam membris accedat, cū & naturalis ipse calor accenditur, & ex partium inter se attritu duritia quædam indolentiaq; comparatur.

XX Quemadmodū uero se aliquis debito tempore mensuraq; exercitet, ac singularū actionum ordine decenti qualitateq; utat̃, nunc equidē exequi nō statui: sicut nec de alimenti ipsius tempore, modo, ordine, qualitate: sed nec de tenuātibus cibis ac potionibus, nec de ijs medicamentis quæ qualitatem immutāt. Nullius enim horum hactenus particularem usum diximus, contenti summatim & per capita tantū attigisse. Verum in sequentibus libris de omnibus fusius ager̃. Nunc in compendium redigere totum opus placuit, quatenus nulla materia lateret cuius esse peritū deceat, qui omnem sanitatis tuendæ artem profitetur. hunc ὑγιεινὸν græce uoces, sicuti gymnasten, qui tātum quæ ad exercitationes pertinent, callet. quin Erasistratus quoq; ita eum appellauit. In sequentibus uero uoluminibus dictarum iam materiarum cuiusque tum tempus quo exhibebitur, tum qualitatem, tum usus rationem trademus, ita ut non iam materia tantum sit, sed sanitatis conseruandæ certa causa. Etenim in tribus hisce primis generibus consistit sanitatis tuendæ studium æque ac medēdi methodus: nēpe corporibus, causis, signis. Corporibus quidem, ijs quæ & sana iam sunt, et eo statu seruari debent. Signis uero, corporum accidentibus, ex quibus corpora ipsa dignoscuntur. Causæ sunt ex quibus custodia sanitatis perficitur. Harum materiam quatuor generibus iuniorum probatissimi sunt complexi: ingerendis, educendis, faciendis, extrinsecus incidentibus. Et ingerēdorum quidem nomine, cibus, potio, & siquid medicamentorum intrò sumitur, etiam aer attractus intelligitur. Faciendorū uero, frictio, ambulatio, uectio, equitatio, deniq; omnis motus. Quòd si non quiuis motus exercitatio est, sed solum qui ualentior est: adijciatur motui exercitatio, ut sint facienda tum motus, tum exercitatio. Referunt̃ ad hoc causæ genus, somnus, uigilia, & uenus. Ex foris incidentibus primus est circundatus nobis aer, dein de quæcunq; lauantiū ungentiumúe cuti propinquant, etiam si quod medicamentum sanitatis tuendæ fines non excessit: ueluti sal, myrti baccæ, nitrum, aphronitrum, & aquarū aliquæ sponte natarum, & calentiū. Educendorum uero materia prædicta paulo supra est. An uero cum tribus illis generibus recte simul hoc in diuisione assumptū sit, non facile dixerim: cum melius fortasse sit ingerēdis, faciendis, & incidentibus, alterari immutariq; corpus dicere: mutationem uero aut in qualitate fieri, aut quantitate. In qualitate, dum aut incalescit, aut refrigeratur, aut siccescit, aut humectum redditur. In quantitate, dum alitur, aut inanit̃. Iam inanitionem ipsam duplicem quoq; esse. alteram excrementorū, de quibus paulo ante diximus. alteram naturalis substantiæ nostræ assidue defluētis, quæ nutritioni ex aduerso opponitur. Notasse uero hoc loco operæpretium fuerit homonymiā, quam Hippocrates in opusculo de alimēto distinxit his uerbis: Alimētum aliud est quod nutrit, aliud quod quasi est nutriēs, aliud quod nutriturum est. Quippe ei quod prima significatione alimentum siue nutritio est, substantię ipsius fluorē recte opponas. Ei uero quod in secunda significatione accipitur, tum hæmorrhagiā, id est, sanguinis profluuium, tum uno uerbo omnem sanguinis inanitionem. Ei uero quod tertio significato dicit̃, uomitum, & lienterian, id est, intestinorum leuitatē. Verum de talibus diuisionibus statuere pro arbitrio cuiuis liceat. Quisquis autem propositam artem rite administrabit, hunc omnis materiæ quæ ad salubrem uictus rationem pertinet, uires habere compertas est necesse: quando hinc demū dexter eius oritur usus. Cōtingit autem dexter eius usus, ubi opportunū cuiusq; tempus ac modū quis inuenerit. Quare huc potius censeo properandū, quàm prauis opinionibus refellendis immorandum. Sed quoniam satis uerborum primum hoc uolumen cōtinet, claudetur hoc loco. Quod reliquum operis est, in cæteris exequemur.

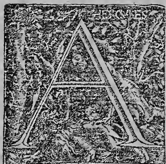
Cap. 1. Iis potiſſimum qui libero ſunt uitæ inſtituto ὑγιεινὴν eſſe ſcriptam: ſecundo uero loco etiã alijs. 2. Incipit ex Hippocratis Aphoriſmo. Labor, cibus, potus, ſomnus, uenerea, omnia moderata: Eo nimirum deinceps ordine progreſſurus. Et primũ quid differant motus, gymnaſium, labor. 3. Exercitiorum utilitas triplex. Tempus utendi. 4. Exercitij tempus quomodo ex urina ſignificetur. Excrementis exercitaturos ſe prius exonerandos. Corpus modice frictione manuum calefactum, dein oleo inungendum. 5. Frictiones quaqua uerſus faciendas, ſecundum rectum ſusq; deq;, ſubrectũ, tranſuerſum, ſubtranſuerſum & obliquum. Hippocratis de differentijs ipſarum quatuor, (dura, molli, multa, pauca) & facultatibus ſententia approbatur. Reprehenduntur qui pluribus quam oportebat, ſecundum differentias extrinſecus, & cauſas, ſine quibus non, frictiões diſtinxerũt. 6. Theonis Gymnaſtæ de frictionum differentijs ſententia ſuperuacua, quod nullam ſeorſim, ſed qualitates quantitati connexas (ut de molli non ſola, ſed molli & multa, uel pauca, uel moderata dicatur: deq; dura ſimiliter) enumerãdas cenſuerit. Quo quidem modo etiã ſi uere dixerit earum in ſingulis differentijs facultates, ſuperflue tamen & inutiliter fecit. 7. Theonẽ non modo ſuperflue, ut proxime probatum eſt, ſed ne recte quidẽ de frictionibus locutum eſſe, & contra ſentẽtiam Hippocratis ſupra poſitam, quæ latius hic declaratur. 8. Defendit Hippocratem qui in ſua de frictionibus ſententia duræ mollisq; mediam, itemq; paucam omiſerit: Defenſionis argumenta tria ſubijcit. Quod ex ijs quæ Hippocrates in genere & ſimpliciter protulit, facile ſit conſtituere ſyzygias frictionum. 9. Tabula de frictionum differentijs nouem, quæ fiunt, ſi mollis, dura, & inter utrãq; moderata, cum multa pauca & mediocri cõnectantur. Quarum tres poſteriores Theon præterijt. Item has omnes differentias ad aliquid dici, ita ut alij multum ſit, quod alij mediocre eſt: & ſimiliter in reliquis. Apotherapia quid ſit. Et quæ corpori temperato adhibendæ ſint frictiones. 10. Redit ad Hippocratis de frictione ſententiam, methodicam doctrinam ſiue elementarẽ commendans. 11. De proprijs nominum quibus iã uſus eſt ſignificationibus, quid ſit durum, molle, rarũ, denſum, conſtrictum, ligatum: & quot modis accipiantur. Rarum proprie, cuius pori multum diſtant: improprie, quod tenue & fuſum eſt, licet poros non habeat, ut ignis & aer. Conſtrictũ, quod denſum durumq; eſt, uel alterutrum ſolum. Ligatum de iiſdẽ, cum propter cauſam aliquam ægre mouetur durata denſatáue pars aliqua. Item de contrarijs eorum. 12. Frictio alia loco

A medicationis eſt: alia ad conſeruandum corporis ſtatũ, & ea uel ad præparandũ ad gymnaſia, uel recurãdum. Hic igitur de præparatiuæ frictionis qualitate agit, & in utram partem tutius peccetur. 13. Antequam de frictionis modo menſuraq; agatur, cõſiderandas eſſe circunſtantias & differentias, Regionis, & loci in quo gymnaſium, & partis anni, uel diei. Temperatum corpus in locis intemperatis non inueniri. 14. De frictionis quãtitate ac eius ſignis. Similiter de gymnaſiis quã do ſatis proceſſiſſe intelligantur, in temperato quidem homine facilius, in calidiori autem frigidiori ue difficilius: quod alter ob iracundiam ne laſſus quidẽ deſiſtat, alter ob pigritiam etiam ante tempus. ipſa autem temperati hominis uoluntas, & promptus animi motus in omnibus rebus ſufficientẽ modũ indicat. 15. De gymnaſiorum, id eſt exercitiorum uarijs generibus, ut ſunt lucta, quinquertio, cæſtus, curſus, πιτυλίζειν, ἐκπλεθρίζειν, σκιομαχεῖν, ἀκροχειρίζεσθαι, ἅλλεσθαι, δισκοβολεῖν, διὰ κωρύκου, διὰ σφαίρας μικρᾶς ἢ μεγάλης.

B 16. De gymnaſiorum ſecundum qualitates differentijs, & ſecundum loca, puluerem, oleum. Motus alius eſt continuus, isq; uel æqualis uel inæqualis: alius intermittens, isq; uel ordinatus uel inordinatus. 17. Gymnaſiorũ particularis expoſitio, quid præſtare, & quæ præcipue membra exercere queant. Exercitia εὔτονα, id eſt quæ ui magna, & nixu intenſo, uel contẽto, ſine celeritate tamen peraguntur, imprimis ad neruos ſiue muſculos roborandos inſtituta. Halteres, &c. (Σφοδρὰ uero, id eſt uehemẽtia, celeritatem quoq; habent, uide cap. 19.) 18. De gymnaſiis quæ cum celeritate fiunt, neq; εὐτονίαν, id eſt neruoſum robur deſiderãt. Quid ἐκπλεθρίζειν, & πιτυλίζειν. Volutationes. 19. Quæ ſint exercitia uehementia. De continuorum & intermittendorum differentia: Dolichus, itinera. Itẽ quæ quas partes exerceant. Halteres. 20. De motu omnium membrorum, quæ per ſe, quæ aliunde moueantur. Pulſus, & quatuor eius mutationis cauſæ.

C 21. Motuum qui non ſunt actiones, differentia triplex: in ipſis corporibus, uel aliunde, uel per pharmaca. Equitatio. Frictio quæ per circumiectã faſciam fit, ui de lib. 2. cap. 4. Quid gymnaſtes à pædotriba differat. 22. De gymnaſte qui debeat cognoſcere ſingulorum motuum uires, & quæ ex illis temperato corpori conueniant. Nempe in omnibus rebus mediocritatem. Hoplomachia, ſphæra. 23. Epilogus cum anacephalæoſi ſuperiorum, de frictione, gymnaſio & apotherapia. ſudoris ſigna, retentio ſpiritus poſt exercitia, ψυχρολουσία, pulueris uſus. Tum ſequentium librorum argumentum.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SECVNDVS.



ARTIS quæ de ſanitate tuenda inſtituitur, ſummas ſcoposq; proximũ uolumen edocuit. Nũc ſingula membratim diſtinguere tẽtandum, initio rurſus ab ijs ſumpto in quibus proximus liber eſt finitus. Proponatur itaq; nobis in hoc libro ſaluberrimæ naturæ puer, qui iam tertium ætatis ſuæ ſeptennium ingreditur: cuius corpus effingere componereq; quoad fieri poteſt quàm

D optime, propoſitum ſit. Ac primum hoc ipſum definiendum, quid ſibi uelit quòd adiecimus, optime. Vult autem nimirum illud, Veluti corporum ipſorum numeroſa ſanè diuerſitas tradita eſt, ita uitæ rationum quibus uiuimus, ſpecies ſunt diuerſæ. Ergo fieri nequit ut in qualibet propoſita uita optimam corporis noſtri curam adminiſtres. Sed quæ cuiq; optima ſit, hanc utiq; licet. Quæ ab ſoluto ſermone optima ſit, in omni exequi uita nõ eſt. Nam maxima hominum pars implicitam negocijs uitam agit: quos etiam lædi ab ijs quæ tractant, eſt neceſſe: nec tamen mutare conditionẽ licet. Alij enim per inopiam in eiuſmodi uitæ

sortem incidunt, alij seruitute, quam aut à parentibus hæreditariam acceperunt, aut aliàs per uim aliquã capti raptiúe. quas solas esse seruitutes uulgus existimat. Mihi uero, & qui ambitionis, aut cuiusuis cupiditatis gratia negocijs impeditam uitam delegerunt, quo minus corpori curãdo uacare queant, ij quoq; seruire ultro dominis, & quidem pessimis, uidentur. Quare his optimam prorsus corporis curam scripsisse, superuacuũ sit. Verum siquis planè tum fortuna, tum uero optione sit liber, huic præcepisse fas, quemadmodum et sanitate plurimum fruatur, & morbis minime tentetur, & commodissime citraq; molestiam senescat. Quinetiam sanitatis tuendæ methodus, sicut alia planè quælibet ratio uiaq;, eiusmodi docendi initium postulat. Siquidem quod simplex inculpatumq; est in omni genere, id cæteris omnib. quæ nec simplicia sunt, nec culpa uacant, ceu regula quædã proponi postulat. Sanè simplex inculpatumq; in corporibus quidem est quod optimo est habitu: in uitæ generibus, quod omnino liberum est. Primum igitur hoc libro duo hæc coniuncta tractemus. Deinde cuiq; uitioso corporis statui uita libera sit adiuncta. Mox optimæ corporis constitutioni, singulæ seruilis uitæ species copulenť. Postremo uitiosos corporum habitus cum seruilibus uiuendi generibus maritabimus. siquidẽ plenus nobis absolutusq; sermo futurus est.

II Quodnam igitur propositæ artis initium ceperimus ad eius tutelã corporis quod & optimæ sit notæ, & tertium ætatis septennium iam ingressum, & cæteris posthabitis omnibus uni corporis curæ uacet? Mihi sanè uidetur id quod ab Hippocrate traditum est tum in Aphorismis, cum ait: Labor cibum præcedat. tum in popularium morborum sexto uolumine, ubi ita ad uerbum præcipit: Labor, cibus, potio, somnus, uenus: omia mediocria. Nam & modum ipsum singulorum definiuit, addito ad finem dictionis epitheto, mediocria. & tempus æque signauit ipso sermonis ordine. Quippe sanitatis tutelam à labore est auspicandum, quem excipere debent cibus, potio, deinde somnus, mox uenus, in ijs uidelicet quibus uenere est utendum. Nam reliqua certe omnia cuiusq; ætatis sunt communia. Venus ætate tantum florẽtium est, utiq; quo tempore etiam eius usus est. Quæ enim hanc uel præcedunt ætates, uel sequũtur, aut planè semen non effundunt, aut certe infœcundum aut male fœcundum effundunt. Verum disceptatio de uenere, in suum locum differatur. A laboribus uero ordiẽdum: illo ante omnia discusso, an idem sint labor, motus, & exercitatio: an labor & motus idem, aliud uero ab his exercitatio: an motus res diuersa, labor & exercitatio neutiquam differant. Ac mihi quidem nõ quiuis motus exercitatio uidetur, sed tantum siquis uehementior est. Quoniam autẽ ex numero eorum quæ ad aliquid dicuntur, est quod uehemens dicitur: fieri potest ut idem motus alteri sit exercitatio, alteri non sit. Terminus igiť uehementiæ, esto respirationis alteratio: quando in quibus nulla fit respirationis mutatio, hos nondũ exercitationes uocamus. Quòd siquis magis aut minus, celeriùs ue aut crebrius iã ex motu aliquo respirare cogiť, huic certe tantus motus exercitatio fuerit. Ea igitur communiter exercitatio uocatur. Proprie uerò à loco Grecè denominatur, quem gymnasion ipsi appellant. Is locus est in publica aliqua urbis regione exstructus, quo ungendi, fricandi, luctaturi, discum iacturi, aut tale quippiam facturi confluunt. Laboris appellatio idem mihi significare uidetur cum priore significatione nominis gymnasii siue exercitationis, nempe cõmuni illo quod prędiximus: quippe cum & qui fodiunt & qui metũt & qui equitãt, nõ laborẽt modo, sed etiã exercitenť, cõmuni saltem exercitationis appellatione. Et de nominib. quidẽ ita nobis determinatũ sit. atq; ad hæc significata omnis mihi deinceps sermo inaudiatur. Nec tamẽ siquis est qui aliter uti uelit, prohibeo: quando nõ huc de recto nominum usu disputaturus accessi, sed quemadmodum sanitas custodiri maxime possit. ad id uero, cum percõmodum erat de exercitatione, labore, omni deniq; motu distinguere, nominũ significatus definire sum coactus.

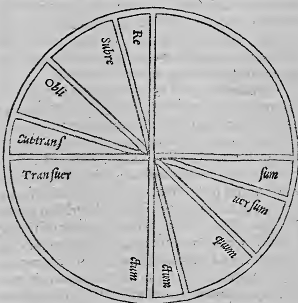
III Atq; exercitationis cõmoda etsi in priore uolumine tradita sunt, non inutile tamen sit hic quoq; paucis ea denuo repetere: quando ea nõ solum scopus, sed etiã ueluti iudices sunt omnium quę singillatim in exercitationis arte geruntť. Fuere autem (arbitror) genere duplicia: hæc quidẽ ad excrementorum inanitionem, illa uero ad ipsam solidorũ corporũ bonã habitudinẽ efficacia. nam quoniã uehemẽtior motus exercitatio est, necesse quidem est tria hæc ab ea perfici in corpore exercitando, membrorũ duriciem ex mutuo ipsorum attritu, genuini caloris augmentum, & spiritus citatiorem motum. Sequi uero hæc reliqua omnia priuatim cõmoda quæ corpus exercitijs accepta refert. Vtique ex membrorum duritia, tum ut minus ex labore afficiãtur, tum ad labores robur. Ex calore, tum deducendorum in corpus ualidum attractũ, tum immutationẽ magis expeditam, tum nutritionem magis felicem, tum ut singulę corporis partes sint (ut ita dicã) diffusæ. Cuius affectus beneficio & solida mollescere, et humida tenuari, & exiguos corporeæ molis meatus laxiores fieri accidit. At ex spiritus ualentiore impetu & purgari hos omnes meatus necesse est, & excremẽta ex pelli. Atqui si exercitatio hæc præstat, haud difficile sanè sit tẽpus utendæ eius statuisse. Nam quoniam digestionem in corpus adiuuat, non debet cũ administrať, crudi incoctiq; cibi aut succi multitudo uel in uentre uel in uasis contineri, unde periculum sitne prius quàm per maturã concoctionem utilis sit, in omnes animalis partes rapiatur. Quoniam uero & exiguos meatus expurgat, & excrementa expellit: utilius est ante comedẽdum eam adhiberi. Siquidẽ quæ impura corpora sunt, atq; ab excrementis parum purgata, hæc quo ma

gis nutries, magis lædes. Ex his itaq; patere arbitror tum esse ad exercitationẽ commodissimũ tẽpus, cum hesternus cibus duplici concoctione iã prorsus sit cõfectus, & ea quæ in uentre, & ea quæ in uasis sanguinis agitur: ac iam denuo cibandi tẽpus instet. Quòd si aut prius aut posterius exercitatione utere: aut crudis humoribus hominem impleueris, aut pallidæ bilis prouentum auxeris.

IIII Sanè huiusce tẽporis nota, color est urinæ. Quæ eñ aquę speciem præfert, crudum adhuc in uenis esse indicat succum eum qui à uentre summittitur. Quæ uero fulua biliosaq; est, iam dudum coctũ esse huiusmodi succũ. Quæ modice pallet, peractæ modo secundę concoctionis est signum. Cum nanq; bili infecta urina nondũ est, aquæ speciem alboremq; pręfert. Cum uero plus iusto eius B bilis acceperit, fulua cernitur. Ergo cũ mediocriter est fulua, mediocriterúe pallens, tũ est exercitatio adeũda, sed expulsis prius excrementis quæ uel in uesica uel inferioribus intestinis continenť. Verendũ eñ nequid ex his in habitũ corporis rapiatur, correptũ uidelicet caloris ui, qui per exercitationẽ excitať. Ergo siquis posita iã ueste protinus ad ualentiores motus accedat, prius q̃ totum corpus molliatur, & excrementa extenuentur, & exigui carnis meatus laxentur: timor est solidarũ quampiam partium ruptum aut cõuulsum iri. Timendum præterea est, ne excrementa spiritus impetu impulsa prædictos meatus obturent. Sin sensim prius calefaciendo & solidas ipsas præmollie C ris, & humores tenuaueris, & exiguos meatus laxaueris, nullum periculum nec rumpendæ alicuius partis, nec obstruẽdi meatus, exercitato impẽdebit. Vt ergo hæc fiant, oportet linteolo totũ corpus mediocriter fricando prius calfacere, mox oleo fricare. Neq; eñ protinus accedẽdum ad pingue censeo, ante uidelicet quàm cutis incaluerit, & meatus laxentur, &, ut semel dicam, quàm præparatum aptumq; corpus sit ad oleum capiendũ. Ei rei satis omnino sunt pauci manuum circumactus, qui nullo compressu sint graues, & modice celeres, huc demum ueluti ad metam directi, ut corpus citra compressum calefaciant. Siquidem peractis his cernere licebit floridum ruborẽ per totam diffundi cutẽ. Tum igitur pingue inducendum, & nudis manibus quæ medium inter molle D durumq; modum seruent, infricandum: quatenus neq; coactũ cõstrictumq; corpus sit, neq; ultra q̃ par est laxũ remissumq; fiat, sed legitimũ naturæ modum seruet. Infricandum uero primo contrectatu blandius, inde sensim paulo fortius: eatenus aucta semper ad ualentius frictione, quoad iam carnẽ manifeste premat, citra tamẽ læsionẽ. haud quaq; tamen tam ualida frictione diu utendũ, sed semel aut bis in quaq; parte: quandoquidem non eo ad hunc modũ fricať huius pueri corpus, ut iã duretur, cum id iã ad exercitationẽ producimus: sed potius quò tũ promptitudo ad exercitationis functiones exciteť, tum robur contrahatur, ac raritas laxitasq; quæ mollẽ frictionẽ consecuta est,

A constringatur ac cogatur. Quippe medio temperamento seruari huius pueri corpus oportet, nec usquam durũ siccumúe effici, necubi naturale eius incrementũ inhibeatur. At procedente tempore, ubi iam adoleuit, tum uero duriore frictione utemur, præterea frigida ab exercitando lauatione. Verum de his post agendum. In præparatoria uero ante exercẽdũ frictiõe, quæ huc spectat, ut corpus molliat, mollis duræq; mediam qualitatem dominari oportet, ac pro eiusdem qualitatis ratione quicquid reliquum est exigi.

V Variæ autem quàm maxime ex manuum iniectu circumactuq; frictiones esse debebunt: nec superne modo deorsum, aut inferne sursum adhibitæ, sed etiã tum in subrectũ, tum in obliquum, tum in transuersum, tum in subtransuersum. Voco transuersum, quod recto est contrarium. id grece ἐγκάρσιον appello. Subtrãsuersum uero, quod paululum ab hoc in utranq; partẽ declinat, quod σιμόν dico. Rursus subrectum, quod à recto paululum utroq; uersus recedit. Obliquum, quod recti transuersiq; planè est medium. illud πλάγιον, hoc λοξόν græce nomino.



Quinetiã τρίψιν aut ἀνάτριψιν græce dicere, nullum discrimen faciet, modo ne lateat ἀνατρίψεως nomẽ ueteribus usitatius, τρίψεως recentioribus magis usurpari. [Nos latine frictiõe, frictu, perfrictione, promiscue legentiũ uenia utemur.] Varium autem fieri manuum tum iniectum, tum circumactũ uelim, quò uidelicet uniuersæ quoad fieri potest, musculorũ fibræ omni ex parte fricentur. Siquidem eius sententiæ esse, quasi transuersa frictio (quam etiam rotundam aliqui uocant) duret, denset, contrahat, & constringat: recta contra rarefaciat, laxet, molliat & resoluat corpora: eiusdem planè inscitiæ est, cuius cętera quæ plerisque gymnastarũ de frictione traduntur. Nam qui plus de frictionũ uirtute afferat quàm quæ Hippocrates in eo libro prodidit, quem κατ' ἰητρεῖον inscripsit, nemo planè est. Ait enim dura frictione ligari corpus, molli solui, multa extenuari, mediocri

crasse-

crassescere. Habent uero se eius uerba ad hūc modum: Frictio uim habet soluendi, ligandi, carnē augendi, minuendi. Nempe dura ligandi, mollis soluendi, multa minuendi, mediocris carnem augendi. Quatuor enim hæ genere differentiæ, ex quadruplici om̄is frictionis tum uirtute, tum usu oriuntur. Quòd si medias quoq; harum quæ unà cum his intelligēdas se exhibent, adnumeres, sex in uniuersum differentiæ existent. Vnde nam igitur plurimis neotericorum gymnastarum succurrit tam numerosas frictionum differentias prodere, quas uel numero cōprehendere facile nō est? Non aliunde certe q̄ quòd logicæ contemplationis planè expertes, cum proprijs frictionū differētijs externa aliena q; imprudentes nonnunq; confundunt. Interim etiā causas ob quas singulæ frictiones peragunt̄, adijciunt. Interim tum iustas ipsas inter se frictionum differētias connectūt, tum uero cū his etiam quas ipsi perperā excogitarūt. Cum enim dicant frictiones inter se distare, quòd aliæ sub dio fiāt, aliæ sub tecto, aliæ in admista umbra, rursus aliæ in perflato loco, aliæ in tranquillo, item aliæ in calido, aliæ in frigido, aliæ in sole, aliæ in balneo, aliæ ante balneum, aliæ in palæstra: talemq; catalogum faciunt: sanè nō proprias frictionum differentias afferunt, sed ea sine quibus qui fricatur esse non potest, inculcant: quippe quem necesse omnino est in aliquo terrarum loco esse, prǽterq; locum, uel æstate, uel hyeme, uel alio anni tempore. Cum uero ita dissidere dicant inter se frictiones, quòd aliæ cum copioso oleo, aliæ exiguo fiant, aut prorsus sine oleo, idq; uel manibus tantum, uel etiā cum puluere, uel per linteū, atq; hoc uel asperum, uel lene: causarū planè ob quas frictio dura mollisúe efficitur, enumerationē faciunt. Ex quo nimirum causarum est genere, et q̄ ipsæ fricantium manus duræ aut molles sint: itē ualide premant, blandéue sint admotæ. Tertia species quam afferunt ij qui multas frictionum differētias autumant, inde nascitur, quòd omnia iam dicta inter se per coniugationes quasdam copulant. Qui itaq; ex his aut externas rerum circumstantias, aut uerarum differentiarum causas inter se copulant, facile deprehenduntur parum rectè sentire. qui uero ex proprijs & syncereis differentijs cō iugationes nectunt, horum non adeo facile deprehenditur error: immo nonnulli sapientiæ quoque laudem retulerunt, Hippocrate ipso plus aliquid inuenisse crediti.

VI Ex horum numero est Theon gymnastes, qui rectius quàm Hippocrates sensisse de frictione est uisus. Nam quum is in modo comprehensis uerbis in ea differentia quæ ex qualitate spectatur: mollem & durā: in ea uero quæ ex quantitate, multam & mediocrem collocet: Theon qualitatis quantitatisúe minime faciendam mentionem seorsum censet, scribens cum alibi, tum uero in tertio Gymnasticorum hunc in modum: De frictione præcipiētibus placet quātitates semper cum qualitatibus coaptandas esse. Per se nanque imperfectiores sunt, quàm ut aliquis successus ex

A ipsis proueniat. quippe mollis frictio pro quātitatis modo triplex opus efficit. pauca em̄ leuiter carnē remittit, ac facile contrectabilē, siue tactu mollem reddit. multa euaporat, & liquat. mediocris laxa & fluida carne implet. Simili modo dura pro quantitatis ratione totidem numero effectus reddit. multa nanq; adhibita cōtrahit cōstringitq; corpora, & phlegmonæ persimile quippiā relinquit. mediocris implet imminuta, & euidenter circumscripta, expressaq;, carne. exigua uero in summa cute ruborem ad tempus excitat. Non censet aūt de dura per se & seorsum quicquā gymnastæ præcipiendum, sed ei quantitatem adiungi debere, si quis paulo cōmodior ex artis opere successus sit futurus. Pari modo nec de molli per se & seorsum

B quicquam nunc tradēdum existimat. Neq; enim adhiberi usquam posse mollem frictionē tantum & quæ nec multa, nec exigua, nec mediocris sit. Deinde memorat quæcunq; per coniugationem in corporibus nostris naturaliter efficiunt: utique paucā cum molli remittere leuiter carnē, & mollē tactu reddere pronuncians. ubi aliud planè nihil q̄ quod Hippocrates uerbo soluere significauit, alijs uerbis interpretatur. Quippe laxare carnem, & mollem tactu reddere. quid aliud est q̄ soluere quę colligata & coacta fuere? Adiecit uero sermoni, leuiter, siue quodāmodo, nō genus actionis immutans, sed quantitatē eius definiēs. Mollit enim cum exigue adhibet̄ eiusmodi frictio: quādoquidem si amplius sit adhibita, mollit quidem & tūc,

C cæterum largius. Quòd ergo nec magnopere, nec mediocriter, sed exigue remittit, mollitq; corpora exigua ac mollis frictio, per uerbum illud leuiter quod adiecit, declarat: ne hic quidem per hoc saltem ijs quæ Hippocrates præcepit, quicquam tradens magis amplum: æque nec cum mediocrem & mollem addere corpori inquit laxā & fluidam carnem. Nam quoniā mediocris, idcirco carnem augebit. quoniā mollis, soluet: hoc est, planè mollíet. id quod tantundem est ac laxā & fluidam carnem efficere. Erat autem huius officium, sicuti de his recte præcipit, sic & cū de multa simul & molli disputat, non id modo dicere quòd halitu digerere ac liquare potest, sed qualem etiam carnem relinquit, apponere. Non em̄ ritu ignis uniuersā sub

D stantiam exhaurit liquatq;, sed aliquid omnino relinquit. Id igitur quod relictum est, quale nam demum specie sit, adiectum (arbitror) sermōi oportuit: neq; tantum multę frictionis proprio effectu posito, mollis opus omissum esse. Quòd igit̄ multa euaporat, etiam ab Hippocrate prius dictū est. Verum non absolute de multa Theon sermonem instituit, sed per coniugationem docendum esse censuit, utique à prima auspicatus, nempe exigua & molli: post secundam aggressus, mollem & multam: inde tertiam memorans, mollem scilicet & mediocrē. Sicuti igitur in prima coniugatione & tertia proprium qualitatis effectum non dissimulauit, ita nec in secūda suppressisse eum decuit, quin hic quoq; docuisse multā simul & mollem frictionem non modo euaporare, sed etiam

mollem carnem reddere: nisi forte id quod liquare dixit, pro mollire audiendum est. Atque ita quidem uerum sit quod dicit. Cæterum sic nõ modo Hippocratis doctrinã non accusat, sed multo maxime confirmat. Etenim si mollis frictio semper molle tenerumq́ corpus reddit, siue ea exigua, siue multa, siue mediocris sit: tum illi ex quantitate aliquid accedit diuersũ: inseparabilis planè à molli frictione erit molliendi facultas: sicuti à dura certe uis durandi, cogendi, cõstringendi, ligandi, densandi, aut tactu duram reddẽdi, aut quomodocunq; aliter eandem rem interpretari malis. Quippe primum & proprium nomen ita affectę carnis est duritia, ut eius quæ diuerse afficit, mollities: quanq; etiam reliquorum quæ dixi nominum quolibet uti licet. Et rationem quidem cur tam uarijs nominibus unam interpretari rem liceat, paulopost apponemus. Nunc quoniã controuersa res non est, causam eius ad præsens saltem differamus. Quòd aũt mollem frictionẽ necessario consequit ut corpora molliat, id planè clarũ ex iam dictis est. Nam si nec qui multa ea, nec qui exigua, nec qui mediocri usus fuerit, durum unquam corpus reddiderit: perspicuum est molliendi uim nusquam ab ea seiungi: sicuti nec à dura colligandi & durãdi: quippe quum hanc quoq; siue paucam, siue multam, siue mediocrem adhibeas, nunq; quantitatis illius ratiõe corpus mollias, sed semper duritati plus minúsue adijcias: scilicet uberius perfricans, plus: parcius uero, minus. Quòd si paucis omnino duris frictionibus contentus fueris, duritia quoque proportione respondebit. Sicuti enim qui igni se admouit, semper calfit, siue exiguo tempore id facit, siue diu, sed magis qui diutius appropinquat, minus qui breui spatio, minime uero qui tantum accessit: ita in frictione quoq; corpus semper pro ratione afficitur: à molli emollitum: à dura, duratum: non tamen pari semper mensura: sed à pluscula magis: à parciore minus: à plurima maxime: à minima minime. Theon ergo quum de molli simul & copiosa frictione disputans, euaporare, liquaréque eam dixit, siquidem per liquare uerbum, inanire intelligit: aliud planè nihil significauerit quàm euaporare. quare bis idẽ dixerit, prætermiserit autẽ quod necessario fuerat addendum, nempe eum affectum qui ex molli frictione in corpore relinquitur. Sin mollire, soluere, remittere, aut aliud quippiam eiusmodi dicere uelit: sic sanè reliquerit quidem nihil: cæterum ea quæ Hippocratis sunt, minus idonea docendi ratione explicasse deprehenditur. Quòd itaque eiusmodi docendi modus deterior sit eò quo usus Hippocrates est, paulopost ostendam. Quòd uero si liquare pro eo quod est mollire accipit, nihil ijs quæ Hippocrates ante prædixit, amplius prodidit: planè manifestum est. Nam quum ille præcipiat mollem soluere, multam extenuare: quis non facile colligat, qui præsertim mentis sit compos, eam quæ ex molli multáque pariter composita sit, extenuare simul ac mollire?

VII Verum non uidetur ita sensisse Theon: sed quod in primo Gymnasticorum unico uerbo extenuare dixit, id in tertio duob. extulit, nẽpe euaporare, ac liquare. Habẽt uero se eius uerba in primo ad hunc modũ: Contrariũ uero, mollem quidẽ, si multa sit, extenuare corpora: sin mediocris carne implere, utiq; delicata & fluida. Aperte eñ hoc loco mollem simul & multã frictionẽ extenuare corpora confirmat. Quòd autẽ necesse fuerat non solum multæ frictionis proprium effectũ, sed etiã mollis tradere: ipse quoq; Theon per ea quæ subiecit, ostendit: in quibus cum de dura pręcipit, constringere multam, coarctareq́, & phlegmonę simile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita possedit, id copiosius adaucta magis obtinuit. Omnino ergo duram mediocriter adhibitam, dura carne implere fatetur, ita ut ediuerso mollem mediocriter adhibitã, ipsam quoque carne implere, sed ea molli. Accidit uero Theoni quum de molli simul & multa frictione sermonem faceret, nullum mollis effectum prodidisse. rursus quum de multa simul & dura, nullum duræ exposuisse. Nam si liquare, pro inanire, & digerere, acceperimus: de multa quidem aliquid dixerit, de molli planè nihil: quẽadmodum etiam in eo quod dura multaq; scribit, duram quidem constringere, ligare, & phlegmone aliquid persimile facere affirmat, quantitatis uero planè nihil meminit: tametsi par fuerat de hac quoq; aliquid dixisse. Nam illud confessus est, si mediocriter sit adhibita, obesitatẽ facere. Quid igitur efficiet multa si supra mediocrẽ sit adhibita? prorsus enim aut illius affectũ tuebitur, aut alterabit. Sed si quidem seruabit, certe multa frictio supra mediocritatem adhibita nihil plus adijciet. Sin plus aliquid efficiet: aut minuet carnẽ, aut adijciet. Verũ si minuet, extenuabit. Si adijciet, carne implebit. Atqui nõ adijcit carnẽ. extenuet ergo necesse est. Verũ Theon de hac differentia nihil meminit, sed omnino subticuit, minime planè definiẽs extenuétne dura copiose adhibita, an carnẽ augeat, an seruet eundẽ quem ex mediocri accepit carnis modum: sed tantum ꝙ constringit coarctatq́, & phlegmonæ simile quid facit, confirmans. Conueniebat autem non hoc modo dicere, sed etiam quòd emaciat. Apparet ergo Theonem aut Hippocratis artem hoc loco non intellexisse, aut hominem laudare noluisse, qui tam breui sermone oẽs non solum differentias frictionum dixerit, sed etiam uniuscuiusq; opus & uires. Nam qui iuxta promptam apparentiam uerba eius accipit, quatuor eum duntaxat meminisse arbitretur. Verum non ita se res habet: immo alias duas necessario in ijs quas dixit, subauditas insinuauit, in qualitatis differentia, duræ mollisq́ mediam, quę nimirum mediocris est, in ea uero quæ à quantitate accipitur, exiguam: quãdo exiguam aliquam necesse est copiosæ esse contrariam. Porrò antiquæ interpretationis formula ita est breuis, ut nõ pauca sępe ipsa saltem dictione præterire uideatur, quæ tamen necessario dicta ipsa sequuntur. Quamobrem (arbitror) etiã enarrationes scribimus, quæ ueluti præeant

cant ijs qui parũ exercitati antiquæ dictiõis celeri tatẽ assequi nõ ualent: ueluti in hoc ipso loco facimus. Si nãq; dura ligãdi, mollis soluẽdi uim habet: quæ supra modum soluta corpora sunt, ea duriter planè fricanda sunt. cõtra quæ cõstricta sunt, molliter. Si uero sit q̃d moderatè se habeat, manifestũ est q̃d nec molliter, nec duriter, sed, quatenus fieri potest, utroq; declinato extremo. Egregi⁹ uero ui delicet Theon primum in eo fallit, q̃ neq; mediocris qualitate frictionis uires tradidit, neq; usum: sed semper ita præterit, tanquam nulla sit.

VIII Verum de hoc paulo post agemus. Sicuti uero in ijs differentijs quæ in qualitate spectant, non solum dura mollisq; consistunt, sed etiam media: ita & in ijs quæ ex quantitate ducuntur, non solum multa & pauca, sed etiam media noscitur. B Cur igitur in ijs quæ ex qualitate trahuntur, mediam omisit Hippocrates: in ijs qui ex quantitate, exiguam? Temere id fecisse uideri fortasse cuipiam potest: oportere enim in ijs quæ compendio tradantur, summis inter se contrarijs res definire: quod horum medium sit atq; mediocre, trãsire: utpote quod ex summis ipsis ultro sit noscendũ. Ipse igitur tum hoc docere, tum senis sentẽtiam clariorem reddere conabor, rem planè hoc loco non necessariam, cum quæstiones id genus in enarratorijs libris soluere soleam. Sed quoniam semel huc descendi, ut pro Hippocrate imperitis istis respondeam, in quibus ipsi falsi recte præcipientem calumniantur: nõ pigebit hoc quoq; adiecisse. Cum igit̃ duo sint toto genere inter se diuersa atq; disiuncta: si modo id quod facit, ab eo quod fit, genere dispescitur: frictiones quidem ex eorum numero sunt quæ faciunt: qui uero ab his in corpore relinquuntur affectus, ex ijs quæ fiunt. Quare contrarietates quoq; alias in frictionũ genere, alias in affectuum qui ab his proueniũt, necesse est statui. In frictionum genere tum duram & mollem, tum multam & paucã. In affectibus uero & eam quæ ueluti colligatio & solutio corporum est, & gracilitatem ac crassitudinem. Ac prior quidem affectuum contrarietas ex priore frictionũ contrarietate nascitur: secunda non item. Euenit enim in hac, ut gracilitas proueniat ex multa, carnis incrementum ex mediocri. quippe pauca augẽdæ carni nondũ sufficit: quòd uidelicet id quod carnis incrementũ accipiet, & sanguinis moderato accessu, & ualida uirtute eget. Quorum utrunq; mediocris frictio cõmode præstat: pauca neutrum, nec abunde, nec satis. Quoniam igitur non in idem coibant frictionum affectionumq; cõtrarietates: coegit uero eum compendiaria docendi ratio per contrarietates positas sermonem absoluere: utiliore contrarietate accepta, minus utilem consulto omisit. Porrò utilior ea est quæ in affectibus, quàm quæ in frictionibus spectatur. Idq; duplici ratione asseritur, una quæ ab artis fine sumitur. quippe frictiões ad corporis affectum ceu finem dirigunt. Finis enim ijs quæ ipsum præcedũt, semper est præstantior: quanto nimirum id cuius gratia, ijs quæ ipsius gratia fiunt. Altera quæ à claritatis ratione accipitur. A intellectis nanque multæ & mediocris effectibus, facillimum est exiguæ opus contueri. Non perinde tamen mediocris frictionis perspicua uis est. Quinetiam tertium hoc ipso de frictionibus sermone bellissime docuisse Hippocratem inuenias. Præcedere nanque eorum doctrinam oportet quæ liquido peragi cernuntur, sequi uero eorum quæ minus liquido & obscure: idq; siue de his expressis uerbis scripseris, siue lecturis ea intelligenda relinquas. Est uero euidens atq; in aperto mediocris frictionis opus, ipsum scilicet carnis incrementum: obscurum uero paucæ: quippe quæ nec auget, nec minuit carnem, nec omnino euidẽs aliquid uidetur efficere, nisi quòd parum calfacit. at id omnis frictionis commune opus est. Quare cum neq; euidens aliquid efficit, & quod facere uidetur, proprium eius nõ est, sed omnis frictionis commune: nõ sine causa est (ut arbitror) omissa. Quòd igitur omnis frictionis calefacere commune opus sit, non satis quod ab Hippocrate prodatur, dignum præceptũ est. Quid uero quæq; frictio propriũ efficiat: id ut Hippocrati necesse tradere, ita nobis certe utile erat discere. Reductis eñ ueluti in elementa simplicibus differentijs, uniuersam frictionũ rationẽ absoluit, quẽadmodum carnẽ adijcias, quẽadmodũ detrahas, quẽadmodum corpus mollias, quẽadmodũ constringas. Cũ his uero unà protinus se promũt tum media earum opera, tum ea quæ per coniugationem faciunt. Media, cum neq; ligare corpus, nec C soluere, nec carnem augere, nec minuere studemus. Quæ per coniugationem, cum uerbi gratia pariter colligare, & carnem addere. Quis enim non uideat, cum duram carnem adijcere corpori uolumus, frictionẽ durã unà cum mediocri quantitate esse putandã: ueluti cum mollem addere studemus, frictionem mollem & quantitate mediocrem adhibendam, & per alias coniugationes adportionem? Quas nõnulli gymnastarum tanquã sua ipsorum inuenta tradentes, dum Hippocratem accusant, ipsi uehementer delinquunt: & q̃ eum qui de his primũ præcepit, merita laude fraudant: & quòd cum eius inuẽta sibi tribuant, etiam (quod atrocius multo est) calumniari hominẽ nõ dubitant. Accedit quòd nec simplices differẽtias D apte inter se alternãt. Decuerat eñ (arbitror) eum qui recte ad particulares cõplexiones descẽdere uoluit, nec uniuersas senario numero cõprehẽdere, ueluti Theon facit: nec aliq̃d eorũ propriũ uel quantitatis uel qualitatis opus omittere: quemadmodum in mollis simul & multæ, opus mollis: in duræ simul & multæ, effectũ multę prætermisisse eum ostẽdimus: sed hæc quoq; adiecisse, & particulares cõiugationes nouem fecisse. Quippe tres quæ à qualitate frictionum sumuntur differentię, si eas tribus quæ à quantitate ducuntur, iunxeris: nouem coniugationes efficiunt: sex quæ à Theone sunt positæ in ijs quæ paulo supra memoraui uerbis, & tres quæ ab eo sunt prætermissæ dũ mediam mollis duræq; omisit: quanquam ne intelligere quidem neque mollem frictionem neq; du-

ram

ram fas est ut non simul intelligatur & mediocris. A Cui si tres quantitatis differentias iunxisset, nouem ita uniuersas frictionum differentias effecisset, non sex.

IX Eas ipse nunc in descriptione exponam, in qua duorum uersuum qui superne deorsum pinguntur, priorem, qualitatum intelligi uolo: secundum, quantitatum.

Dura	Pauca Multa Mediocris.
Mollis	Pauca Multa Mediocris.
Mediocris	Pauca Multa Mediocris.

Nouem harum quas descriptio cōplectitur cōiugationū, cum Theon sex primas tradidisset, reliquarum trium certe non meminit, ipse secū manifestissime pugnās. Si eñ exiguæ ac multæ media quædā est, quam mediocrē uocamus: etiā mollis duræq; altera certe media erit, quam mediocrem moderatāq; appelles. Sane meminisse per omnem sermonē cōuenit, hæc omnia in respectu collatione q; ad aliquid dici: quādo quæ huic dura est, alteri pro molli sit. & quæ mediocris, immodica. & quæ pauca, multa. & quæ alij multa est, aliter quodam modo affecto sit pauca. Hoc uero & Theon fatetur. Nec fieri sane potest ut qui mediocrē in qualitate frictionem præterit, non longe aberret. Ac mihi quidem uidetur Theon inde adeo in hunc errorem lapsus, quòd Hippocrates de ea frictione subticuit: adeo ut hinc deprehendatur nihil proprium & suum de frictione Theon protulisse, sed perperam Hippocratis inuenta tractasse. Non enim à pueris statim orsus, & sub præceptore, senis scripta perlegit: cum fateatur ipse primum athleta fuisse, deinde hoc exercitio deposito ad Gymnasticen se contulisse. Atque hæc mediusfidius nō quo hominem uituperem apposui, quem alioqui inter primos gymnastas censeo, sed quo ista lecturos doceam haud facile esse ueterum libros intelligentia cōsequi, si desint qui ea curiose enarrent. Nam quòd ex priscæ breuitatis dignitate fuerit duræ mollisq; frictionis mediā silentio D præterire, id ante à nobis iam dictū est. Quòd aūt talia à nobis præteriri non debeant: id quoq; & ostensum prius est, & nunc nihilo secius ostendet. Si eñ tam mollis frictio q̃ dura in respectu collatione q; ad aliquid nō solum subsistētiā, sed etiam intelligentiam sui habet: etiam mediocrem in simili respectu collationeq; cōstitui necesse est. Finge ergo tale esse corpus, quale propositi nobis in hoc libro pueri esse præsumpsimus, sanum prorsus, & omnis excessus medium, ita ut neq; molliorem hunc effectum uelimus, neq; duriorem, sed nec carnis eius modo adiectum quicquam, detractumúe. Num igitur ita se habenti corpori, aut duram, aut mollem frictionē admouebimus, aut etiā multā, aut mediocrē? Ego plane quālibet harum inutilem censeo: quippe cū à dura durius, à molli mollius, à multa gracilius, à mediori crassius reddetur: quorū nullo ei est opus, imò pristinā potius mediocritatē ad unguē seruari. Quare neq; duriter id, neq; molliter, neq; multis frictionibus, neq; quantitate mediocribus, sed paucis, & qualitate mediocrib. infricabimus: nihil ultra moliti quàm ut ad exercitandum præparemus: ac rursus cum iam satis exercitatū sit, apotherapia curemus. Vocetur autem nobis, sicuti recentioribus gymnastarum, apotherapia, ea frictionum portio quæ post exercitationē adhibetur. Sane Theon nullam ex ijs quas protulit cōiugationibus, eiusmodi corporis naturæ accōmodare potest: cum sex in uniuersum nominarit: priores tres, mollis: reliquas, duræ: B & neq; mollium cuiusq; eiusmodi corpus egeat, neq; durarū, sed eius quæ harū media sit, quam scilicet mediocrem in qualitate dixisse par est. Liquido q; patere iam arbitror quantopere lapsus Theon sit mediam duræ mollisq; præteriēs. Siquidem ad optimū statum corporis nullam harū quas protulit coniugationum, accommodare fas est, nec cum integra plane ualetudine corpus fruitur, nec etiam sicubi corrigi postulat. Quippe ubi plane ualet, sola præparatoria frictione eget: quam exiguam, ac mollis duræq; mediam esse ostendimus. Vbi uero iusto gracilius crassiusúe effectum est, nō tamen in qualitate alterata caro quicq; est, sed plane mollis ac duræ mediū modum seruat: siquidem emaciare studemus, & multam, & qualitate C mediocrē adhibebimus: sin reficere, tū qualitatis, tum quantitatis ratione mediocrem. Has tres coniugationes ultimo loco post sex in descriptione exposui, hoc consilio, ut omnes eas à Theone prętermissas indicarem.

X Quoniam igitur non solum prætermissas ab eo: sed etiam utilissimas easdem prætermissas disputatio nostra docuit, deinceps tempestiuum arbitror ad ea quæ paulo ante distulimus, reuerti: ac primum illud, quòd doctrina ea quę per rerum elementa traditur, cæteris sit utilior: quippe quæ & perspicuā rem omnē facit, & memoriæ affigit, & reminiscentiæ facile suggerit, ac omniū quæ singulatim agentur, rectum usum prompte suppeditat, ceu & pauca & certa elementa referens. Quis enim non facile mēbratim frictionū differentias, usum, ac uires inueniat, si semel intellecta senis sententia, postea dictionē eius memoriter teneat, quā uidelicet docet constringere quidē frictionē duram, soluere mollem, corpus minuere multā, augere mediocrem posse? Ex horū nanq; notitia ac memoria, primū sane quæ omissæ in uerborū contextu sunt differentias inuenias: mox omnibus inter se cōplicatis, nouē cōiugationes efficias, quas paulo supra descriptiōe sumus cōplexi. quas neq; inuenisse neq; memoria tenuisse promptum sit, nisi quam Hippocrates tradidit, elemētaris doctrina pręcesserit, omniū frictionum ratione in prima principia reducta. Ex quibus prorsus inuentis, nō ea modo quæ nunc sunt inuenta, nobis suppeterent, sed etiam omnē corruptā doctrinā iudicādi

facultas

facultas supereſſet. Quippe id methodi, id eſt (ſicut ueteres interpretant) uiæ et rationis proprium maxime eſt, ut ex paruo elementari principio ad ſingula membratim peruenire poſſis: tũ quicquid perperam eſt dictũ, ſcientificis id theorematis ueluti regula quapiã examinans iudices.

XI Quòd igit̃ neq; alius quiſq; recte de frictiõe ſenſit, neq; Theon ipſe gymnaſtes, tametſi eruditius cæteris de ea locutus, ſed Hippocrates, & qui eũ ſunt ſecuti: ſatis hæc ſunto. Supereſt ex ijs quæ ad hũc locum diſtulimus, ut de nominib. ipſis diſſeramus, ne quis eorũ numero deceptus, pares numero affectus cũ ipſis appellationibus exiſtimet. Duri enim uocabulum de quadam corporis affectione proprie dicitur, quã nec interpretari quidẽ qualis ſit, pluribus eſt opus., nemine uel ex uoce ipſa non ad rei notitiã perducto. Ad eundem modum & mollis uocabulũ. At rari & denſi uocabula non perinde euidenter ipſos corporis affectus ſignificãt, propterea q; duplex eorum nominum uſus obſeruatur. Alter eorum qui proprie loquuntur, alter abutentium. Ac proprie quidem rarum accipimus quod meatus quos Greci πόρους uocãt, magnos diſparatos obtinet: ſicuti ediuerſo denſum quod eoſdẽ paruos. At per metaphorã, ſiue abuſum, ſiue quocũq; alio genere appellaſſe libet, de laxo coactoq; hæc ipſa uocabula dici audias. hac enim ratione et aerem & ignem aliquando raros dicimus, aquam & terram denſas, ſcilicet ad elementa ipſa translatis appellationibus, quæ tamen & unita ſunt, & ex ſimilaribus natura partibus cõſtãt, nec ullos eiuſmodi meatus diſparatos obtinẽt. Multo his lõgius à proprietate receſſerũt illa quæ per metaphorã ambo ſunt dicta, nempe cõſtrictũ, & colligatũ. Illud de denſo & duro, modo utroq; ſeorſum, modo in eodem ambobus repertis: hoc rurſus de ijſdem dicimus, non tamen eadem metaphora. nam quoniã omnia quæ colligata ſunt, eadem ad motũ impedita ſunt, ita nimirum nominarunt & quæ ob ſiccitatẽ, frigus, phlegmonẽ, ſcirrhũ, tenſionẽ, repletionem, aut pondus, ægre mouent. Eandẽ ob cauſam et contrarijs horũ nominibus in contrarijs affectibus utuntur, remitti, aut reſolui, aut laxari dicẽtes. Oportet aũt non nominũ inſpicere numerum, ſed affectuum genera duplicia in totũ eſſe exiſtimare. Alterum quod in ſimilaribus ipſis obſeruat, de quo molle durumúe dicitur. Alterũ quod in inſtrumentalibus meatuum ratione conſiſtit, quod denſum eſſe uel rarum dicitur. hi nanq; corporum ipſorũ proprij affectus ſunt. acceſſiti uero, & (ut ita dicam) temporarij: q; aliàs meatus ipſi ſuperuacuo humore implentur, aliàs ſunt mundi: & modo patentes, modo cõniuentes. Verum de his affectibus in ſequentibus libris agemus.

XII Nunc ad propoſitum redeundum. ac primum clarius adhuc de frictione ipſa differẽdum: nempe q; hæc ipſa interdum per ſe corporibus noſtris commodum affert: interdum ijs quę commodum afferũt, ad eum ſanè modum ſubminiſtrat, quem Hippocrates de deligãdo tradidit, his uer-

A bis: Deligatio partim ipſa ſanat, partim ſanantib. ſubſeruit. Ipſius igitur frictionis effectus ſunt & quòd rara denſat, & mollia durat: dura uero hæc eſſe omnino poſtulat. præterea quòd dura mollit, & denſa laxat: hæc cõtra mollis ſit oportet. Pari modo & quæ carnis augẽdæ minuẽdæúe cauſa ſuſcepta eſt, utraq; per ſe utile aliquid corpori cõfert. Quæ tamen ad exercendũ corpora pręparat, item quæ poſt exercitationẽ adhibetur, hæ exercitationibus ſubſeruiunt. Illa modice calfaciẽdo tenues meatus recludens, & ſimul excrementa quę caro continet fluxilia reddens, & ſolidas emolliens: appellant autem huiuſmodi frictionem, præparatoriam. Altera ἀποθεραπευτική Græce dicit. latine recuratoriam ad uerbũ appelles: hæc cum

B pluſculo oleo adminiſtrata, ſimul pinguetudine humectat, et ſolidas emollit, et quę in halitus meatibus cõtinentur, euaporat. Verum de hac poſt dicemus, cum de exercitatione egerimus. Sed præparatoria frictio in optimi ſtatus natura calfaciendi corporis cauſa ſuſcepta, prout ſupra traditũ eſt, fiat mollis primum, mox uero exercitationem aggreſſuro dura: ita nanq; maxime & mollire poterit, & ad exercitationes excitare, & corporis naturã qualem ab initio accepit, ſeruare. Quòd ſi quid aberratum ſit, ad durũ id potius ſpectet. Nam qui breues à modo receſſus ſunt, ij cute tenus finientur, nullo interiorum alterato. Minus uero lædet ipſa cutis ſi ad durũ ſimul & dẽſum receſſus à modo ſint propenſi: quippe ita iniuriæ minus opportuna fiet. Adeo ut ſi trãſpiratio per huiuſmodi cu

C tim facilis eſſet, denſiſſimam eam duriſſimamq; efficeremus. Nunc quoniã ad utrunq; munus probe eſſe comparatã oportet, & ad excrementa quę intus conduntur, per halitum emittenda, & ad foris propinquantiũ uiolentiam tolerandã: utiliſſimus ſane fuerit medius inter utrũq; exceſſum modus. Qui ſi aliquãdo fortaſſe non ſeruabit, melior utiq; fuerit qui ad durius denſiusq; pertinebit, q̃ qui ad mollius rariusq;. Nã tranſpirãdi defectum exercitio ſarcire licebit. alterius uero affectus uitium, quod eſt ad externorũ iniuriã opportunitas, neq; alias corrigi facile poteſt, affertq; præterea coniunctũ incõmodum non paruum, euaporato ſubinde non excremẽto modo, uerumetiã ipſius corporis nutrimẽto. Ergo in ijs differentijs quæ à

D qualitate ſumunt, aberrare ſatius eſt uerſus eam quæ durior eſt, q̃ eã quæ mollior. In ijs quæ à quãtitate ducuntur, in propoſita ſaltem natura & ætate ſiquid delinquitur, uerſus id quod minus eſt, id eſto. Semper em̃ eius in pręſenti diſputatione meminiſſe oportet: augendi enim eiuſmodi corpus, haudquaq; ſiccandi ſtudium nobis propoſitũ eſt.

XIII Quas uero corporũ naturas, et quomodo affectas amplius fricãdũ ſit, poſtea dicemus. Nũc ad propoſitam materiam reuerſi, de menſura ipſa frictionum agamus ad eundẽ modum quo paulo ante de qualitate egimus. Cõuenit aũt hoc loco ut prius q̃ menſurã definio, alterius cuiuſdam æſtimandi mentionem faciam, ſine cuius notitia menſurã ipſam nec definiuiſſe recte licet, nec nouiſſe.

Eſt

Est uero quod æstimandũ censeo, aeris qui fricandum corpus continebit, temperies: quam utiq; in re ipsa mõstrare licet: explicare oratiõe aperte ita ut interpretationis euidentiæ nihil desit planè nõ licet, sed est prorsus inexplicabilis. Verũ si non adeo multũ orationi de rei euidentia desit, abunde fuerit. Præcedit uero hanc & alia quædã consideratio: nempe quo anni tempore, & in quonam orbis loco exercitandum statuemus. Duo enim hactenus de eo tantũ definita sunt, corporis status, & ætas. Vbinam autem aut altus hactenus fuerit, aut exercitandus nũc sit, aut quo anni dieiúe tempore, nihil sanè constitutum est: quanquã pro harum certe cuiusq; ratione, mẽsura frictionis est uarianda. Ergo ad ea quæ hactenus statuta sunt, hæc quoq; definienda sunt, utiq; potestate inter initia operis iam tradita, non tamen interpretationis luce clara explicata. Dicens enim ueluti regulã quãdam omnium quæ post dicenda erant, positurum me hominem eo corporis statu de quo queri non possit: obiter nimirum etiam regionem hominis potestate definiui: cum nec optimo temperamento, nec irreprehensibili omnino membrorum modulo corpus ullum in ijs regionibus quæ à temperamenti modo recesserunt, gigni possit: sicuti tum ratio docet, tum experientia commonstrat. Quippe sicci, graciles, & ueluti torrefacti in æstuosis tractibus homines fiũt. Rursus frigidioris plagæ incolæ, inæquali temperamento uisuntur, ut quibus exteriora frigeant: interiora atq; in his uiscera, immodice caleant. Sanè optimum corpus, de quo nũc sermo proponitur, ueluti Polycleti regula est: cui in nostro situ, utpote probe temperato non pauca similia uideas. Apud Gallos uero, Scythas, Aegyptios, Arabas, ne per somniũ quidem tale usquam est uidisse. Nostræ autem regionis, quæ in latitudinem non paruam extẽditur, id quod in medio habetur, optime sanè tẽperatum est: cuiusmodi patria Hippocratis est. Etenim ea tum hyeme tum ęstate mediocrem temperiem exhibet: uere autem & autumno multo magis. Eiusmodi igitur locum cum corpori proposito dederis: anni quoq; tempus ueris mediũ ipsum dabis. Esto uero & diei in qua nobis exercitandus primum est, maxime, quoad fieri potest, ipse meridies: quo uidelicet naturalis temperamenti eius uis ab ambiente nullo pacto mutetur. Eadem exigit ratio, ut ne domus quidẽ in qua exercitandus est, illo præsertim die calidior frigidiorúe sit ꝙ publicus totius urbis aer. At æstate atq; hyeme talis uel arte præparandus est: nempe hyeme calidior, ęstate frigidior: quò uidelicet exacta tẽperie corpus frictionis tempore fruatur: quando si iusto calidior frigidiorúe domus fuerit, in calidiore illico sudabit priusquã satis fuerit mollitus, in frigidiore neq; calefiet prorsus, nec mollietur unquam, nec floridum ruborem ostendet, nec in tumorem attolletur corpus.

XIIII Sunt nanq; duo hæc, rubor & tumor, in aeris temperie, & corporis statu temperato, mediæ frictionis notæ. Veluti enim si calidam infun-

A das, primum quidem corpus intumescit: si largius infundas, sedatur, (ideoq; & Hippocrates de his aiebat: Primum quidem attollitur, deinde fit gracile.) ita frictio quoq; attollit quidem primũ, postea contrahit, ac molem deponit. Iis ergo qui carnis augendæ causa fricantur, tunc plane finienda frictio est, cum corpus & intumuit, & ad summũ ferè tumorem peruenit. Qui autem ad exercitandum iam præparantur: ijs minime id tempus operiendum, sed longe prius desistendum à frictione est, potissimum cum optimi temperamenti sunt, & ætate adhuc pueri. horum nãq; tum humidum corpus est, tum tenerum, ac paucis frictionibus mollescens. Præparatoriæ uero frictionis meta finisq; est, ut solidæ partes molliantur, humidæ sol-
B uantur, & corporis exigui meatus laxentur. Quæ uero frictionum esse debeat quantitas, definire sanè oratione non est: cæterum qui his præficiť harum rerum peritus, hic primo quidem die minus exacta exquisitaq; coniectura utetur: sequenti uero die, ubi iam experientiam aliquam naturæ corporis illius adolescẽtis est adeptus, magis exactã certamq; habebit. Quinetiam de exercitatione ipsa primo certe die mensurã ad unguẽ definire nõ potest: sequentibus deinceps omnino potest. Sũto igitur hic quoq; notæ: Primo quidem die cum adhortanti incitantiq; ad exercendum, non perinde obsequitur, sed segniores, & minus tũ frequentes, tum decentes, ac (ut semel dicam) minus ualẽtes tum colluctatoris sui apprehensus, tum mo-
C tus obit. Porrò expedit neq; paulo animosiorem esse qui exercitatur, ut lassis iam uiribus etiam exercitari aueat: neq; ignauum, qui integris adhuc uiribus laborem tamen detrectet. Est uero profecto talis nõ corpore modo, sed etiam animo, quẽ nunc educandum suscepimus: quandoquidẽ quibus frigidus succus in uentre, aut in toto corporis habitu collectus est, ij segniores ad motionẽ sunt. Pari modo & qui plethorici, id est, qui succis æquabiliter se habẽtibus nimiũ abundant, & quos recens frigus afflixit, ij & ignaui sunt, & ad mouẽdum pigri. Iam his etiam magis ita sunt affecti qui cunq; natura frigidiores sunt: sicuti etiam his ipsis longe magis, quorum frigiditati etiam humor est adiũctus, hi nanq; quãtitatis exercitãdi notas cor-
D rumpunt. Sicuti ediuerso qui calidiori temperamento sunt, siue id propriæ naturæ sponte eueniat, siue ab accersito quopiam affectu: hi & animo si sunt, & certaminis auidi, & ad actionem plusꝙ expedit prompti. At quibus nec corpus calidius frigidusúe est, nec animus omnino iacẽs ac demissus, aut contentionis gloriæúe præcupidus, & ad actionem præceps: ijsmodi exercitationum indicia integra manent, illæsaq; seruãtur & primo statim die, & multo magis procedẽte tempore. Si enim quid inter initia suffugit: id experiẽtia ipsa edoctum, ad exactam notitiam perueniet. Non aliter & cibi modus ad certam coniecturam perducitur: qui tamen ab initio definiri nullo pacto potest. uerum quotidiana experientia, cum recordatione quantitatis tum cibi, tum exercitationum,

eo etiam qui huic præficitur, nihil non solicite obseruante, sed semper ut tantum ciborum post tantam exercitationem cõcoxit, recordante, propemodũ ad exactam scientiã intellectũ tempore perducit. Hæc igitur omnia etiã deficiẽtibus ab optimo statibus cõmunia sunt: de quibus agere nondum statuimus. Ceterũ optima natura, quæ hic nõ bis est proposita, mensuras omniũ manifestas obtinet: ut quæ nec animi moribus, nec corporis intemperie, dictorum quicq; obturbet immutetúe, sed frictionis, exercitationis, ciborũ, ac somni mẽsuras aperte indicet, ac tum primum quodlibet horum respuat, cum eius ultra non egeat. Quare fuerit hoc quoq; ei qui tali corpori præficitur, non minimus modi index: dico aũt ipsam ad singula quæ agi debent, alacritatem: ceu natura ipsa in optimo corporis statu modum sibimet præscribente. Etenim qui optima natura sunt, & iam ad exercitationem frictione præparantur: tum demum ad exercitandum prodibunt, cũ toto iam corpore abunde emolliti excalfactiq; sunt. Exercitando quoq; tum primum grauatius mouebunt, cum satis exercitati iam fuerint. Iam à cibo & potu tum primum abstinent, cum satis se impleuerint. Quare nullus in hoc homine metus est nequando aut iusto plus laboret, aut iusto plus cibis se ingurgitet, si naturę suæ impetus sequatur. quo fit, ut neq; prorsus peritissimũ sibi præfici is postulet, sicuti omnes de quibus postea sermo erit, deterioris notæ homines. quippe sanum corpus ipsum sibijpsi omnia inuenit proprio naturę suæ impetu directum: maxime si in ijs quæ ad animum pertinent, recte sit educatum. Nam multi in malis moribus à pueris educati, in desidia & intemperantia uiuẽtes, bonitatem naturæ corrumpunt: sicuti contra nonnulli uitiosam corporis naturã sortiti, temperãtia uitæ & appositis exercitijs naturæ uitia mutarunt in melius.

XV Sed de horum quidem siue exercitationibus siue etiam operibus sequens liber totus componitur. De ijs qui optimo corporis statu sunt, & qui sanitatis tutori auscultabunt, in hoc libro agere statuimus. Ac pręcedens quidem de his sermo, ad exercitationũ mensurã usq; est progressus. Superest ergo ut de generibus disseramus. Genera exercitationũ uoco luctã, pancration, pugillatũ, cursum, & alia id genus: quorũ alia tantũ exercitationes sunt, alia non exercitationes solũ, sed etiam opera. Exercitationes sunt tum hæc ipsa quæ dicta modo sunt, tum præter hæc quæ Græce dicuntur τὸ πυτιλίζειν, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ σκιομαχεῖν, τὸ ἀκροχειρίζεσθαι. hoc est, pytilissare, in plethro decurrere, umbratili pugnæ meditatione uti, & summis manibus concertare. Præterea saltus, disci iactus, tum coryco, id est folle, pila uel parua uel magna, & per alteres corpus fatigare. Exercitia simul & opera sunt cum fodit quis, cum remigat, cũ arat, cum uites putat, cum onus gestat, cum metit, cum equitat, cum armatus pugnat, cum iter facit, cum uenatur, cum piscatur, cum alia quæcunq; homines uel opifices uel non opifices in uita usus causa exercent, facit, seu domos ædificent, seu naues, seu ferrariam ærariamúe factitet, seu aratra pangant, seu tale aliquid pacis belliúe instrumẽtum fabricent. Horum autem plerisq; est quando ueluti pro exercitatione tantum utare. Quippe triplex in uniuersum ipsorum usus est, cum interim operis tantum causa usurpẽtur: interim meditationis, sed quæ ad usum futuri sit operis: interim pro exercitatione tantum. Quippe ipse aliquando hyeme deprehensus in agro, tum ligna findere, tum hordeũ in pila contundere ac deglubere exercendi corporis causa sum coactus. quæ nimirũ agrestes quotidie pro opere faciebant. De horum igitur ceu operũ usu, in sequentibus: ceu exercitiorum, nunc tractabimus. Nullum nanq; id genus exercitium aut perpetuum diem obitur, aut alio tempore quàm ante cibum. Seruari uero tum modum exercitationum in his oportet, tum uocatam apotherapian. Quòd si etiam idonea frictione usus, ad ea quis accedet, iam omnes exercitationis numeros impleuerit. de his igitur omnibus scientem esse cõuenit eum qui sanitatis tuendæ officio utetur, quem ὑγιεινὸν Gręce uocant. Licet enim eum (ut ante dictũ est) aut sic Græce, aut gymnasten, aut medicũ uoces: prima tamen appellatio maxime propria est, reliquæ per abusum. Nam si artifex quisq; ab arte quã tractat, deflexum sortitur nomen: patet eum qui ὑγίειαν, id est, sanitatem tuendam profitetur, merito ὑγιεινὸν appellandum: ita nimirum, ut qui γυμνασίοις, id est exercitationi tantum præest, gymnasten: & qui morbis medetur, medicum. Quòd si quis hunc ipsum uel gymnasten uel medicũ pro ὑγιεινῷ appellasse uolet: tum à parte totũ, tũ uero nec proprie nominabit, sed abusiue, uel ambigue, uel quomodocũq; aliter dixisse uelis, appellationẽ faciet. Huius rei causa est, ꝙ cũ una sit ars quæ corpori tuendo præsideat: unicũ ei propriũ nomẽ non est. De quibus omnibus uberius singulari libro egimus, quem Thrasybulum inscripsimus.

XVI Ac genera quidem exercitationũ sunt ea quæ diximus: qualitas uero, seu differentia (nam & hanc quoq; utroq; modo appellare licet) uelocitas, tarditasq; mouendi sunt: præterea ꝙ aliud robustum, aliud (ut ita dicam) imbecillũ est: ad hęc, uehementia, & leuitas. Vtendi uero rationes omnium prædictorũ generũ unà cum differẽtijs proprijs huiusmodi sunt. Nam aut perpetuus motus est, aut intercisus. & si perpetuus, æquabilis, aut inæquabilis. Sin intercisus, aut certo ordine, aut citra ordinem. Hę igitur utendi rationes ab ipso negocio capiuntur. Quæ uero ab ijs quę extrinsecus sunt posita, ducũtur, eiusmodi sunt, ꝙ aut sub dio exercitatio fit, aut sub tecto, aut in mista umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Græci uocãt. Item ꝙ aut calens locus est, aut frigidus, aut media temperie. Præterea aut planè siccus aut humidus, aut medio modo attemperatus. Similiter illæ quoq; utendarum exercitationũ rationes quædam sunt, ꝙ cum puluere exiguo multoúe usurpent, item ꝙ cum oleo exiguo multoúe, aut etiã sine utroq; administrentur. Quoniam ergo enumerata à nobis uniuersa sunt quorũ peritũ esse oportet eum qui sanitatem

A tuendã profitet, ad ipſa nunc exercitationũ genera non intempeſtiue redibimus. Ac primum docebimus tum quid omnibus ſit cõmune, tum quid ſingulis proprium: hinc frictionis ipſius tempora definiemus. Ergo omnis exercitationis cõmune illud eſt, quòd animali ipſi ex ipſo caloris augmentum excitatur. Quippe calefiũt corpora noſtra & balneis, & calidarũ aquarum lauacris, & cum per calidiores tempeſtates inſolamur, & cum igni fouemur, & cum calidis medicamẽtis perfricamur. Cæterũ ab externo eſt omnis eiuſmodi calor adſcitus, nec de proprio principio, ſed aliunde accenſus auctusq;. In exercitãdo uero, inſiti caloris augmentum animalibus ex ipſorum corporibus excitatur. Atq; is omnium exercitationum cõmunis effectus eſt, proprius tamen earũ effectus non eſt, B ſi modo & iratis, & anxijs, & pudore affectis naturalis etiam calor augetur: quanquam ira haudquaquã auctus, ſed ueluti feruor eſt caloris in corde. Itaq; etiam eſſentiam eius uel probatiſſimi philoſophorum talem eſſe affirmant. Quippe acceſſorium irę eſt, non eius eſſentia, ultionis appetentia. Verecundis autem augetur inſitus calor, dum primum intro ſe recipit uniuerſus, deinde poſtquam in alto corporis eſt collectus, & ex ipſo inibi congeſtu, & ex aſſiduo motu incremẽtum capit. Non enim quieſcit pudore affectorũ ſpiritus, ſed tum ab interno, tum circa ſe, unà cum toto ſanguine uarie circumagitur, ita planè, ut ſpiritus eorum qui anxij ſunt. Dicetur autẽ in progreſſu latius de omnibus eiuſmodi animi affectibus. Ad præſens eñ C propterea q; commune ſymptoma tum hos ipſos affectus, tum exercitationes excipit: dum omnis exercitij cõmunem eſſe natiui caloris auctũ oſtenderem, idq; de externo, & à ſe, non tamen ſolis exercitationibus ineſſe, ſed pariter dictis modo affectibus, coactus ſum obiter & de his meminiſſe.

XVII Iam ſingulis exercitationibus propria ſeorſum perſequi tempeſtiuum uidetur: illo præſertim prius ſignificato, quòd in his quoq; complures differẽtiæ inueniantur. Quippe interim aliam partem, aliud alio magis exercitiũ fatigat. Et quędam lente motis fiunt, quędam ocyſſime agitatis, & quædam robore ac nixu adhibitis, quædam ſine his: ad hæc, quædam cum robore pariter & celeritate, quædã languide. Ac quod uiolenter quidem D ſine uelocitate exercetur, σθένον, id eſt ualẽs uoco, quod uiolenter & cum celeritate, σφοδρὸν, id eſt uehemens. Violenter autem, robuſteúe dicere, nihil referat. Fodere ergo, ualens robuſtaq; exercitatio eſt. Simili modo & ſiquis quatuor ſimul equos habenis coerceat: impenſe robuſta exercitatio eſt, non tamen celeris. Tum ſiquis maximo onere ſublato aut eodẽ loco maneat, aut paulùlum procedat. Iam accliuis inambulatio, huius quoq; generis eſt. Attolluntur enim eo motus genere, & ueluti onus ſuſtinẽtur ab ijs quæ primum mouentur inſtrumẽtis, reliqua corporis membra uniuerſa. Præterea ſiquis per funẽ manibus apprehenſum ſcandat, ſicuti in palæſtra pueros exercẽt qui eos ad robur præparant: quinetiã ſiquis fune arrepto, aut etiam pertica, ſublimis ex ea pendeat, ac diu teneat: robuſtum is ualidumq; laborem exercet, citra tamen celeritatẽ. Ita uero & ſiquis manibus in pugnum reductis, ijſdem prolatis, uel in altum ſublatis, diutiſſime eodem habitu conſiſtat. Quod ſi adhibitũ quempiã deducere ſibi manus iubeat, nec tamen ipſe remittat: uel impenſius hic tum muſculos omnes, tum neruos ad robur comparat, ut quorum maxime propria ſunt omnia id genus exercitia. Idq; multo certe magis fiet, ſeorſum ſiquis ſummis manibus, utraque apprehenſo pondere (cuiuſmodi ſunt qui in palæſtra alteres dicuntur) porrectis his, aut in ſublime erectis, eodem habitu perſiſtat. Iam ſi etiã cuipiã iuſſeris ut te uiolẽter detrahat, inflectatq;, dum ipſe non manibus modo, uerumetiã cruribus ſpinaq; cõſtans inflexusq; reſiſtas: non leuẽ ad membrorũ robur exercitationẽ obieris. Sanè hoc genere Milonem ipſum exercitaſſe ſe ferunt, dum aliàs cõuellere ſe mouereq; de loco uolenti permitteret (uerũ hæc crurũ maxime exercitatio fuerit) aliàs, utiq; ſi manus exercitandas curabat, pugnũ aperire iuberet. Idem (ut aiunt) malũ punicũ, aut tale quippiã manibus cõplexus, auferendũ cuiuis præbebat. Hæc igitur exercitia maximi roboris tum oſtẽtationẽ, tum exercitationẽ cõtinent. Robur autẽ partium, tum exercet, tum uere firmat, & ſi quis alterũ cõplexus mediũ, aut etiam ipſe medio cõprehenſus, manibus digitisq; pectinatim iunctis, aut quẽ cõplectitur, abſoluere ſe iubeat, aut ipſe ſe à complectente ſoluat. Ita etiã & ſi quis alterũ qui uerſus ipſum ſe inclinet, à latere aggreſſus, ilia manibus cõplexus, ceu onus aliquod ſublatũ inuicem protendat reducatq;: ac magis ſi dum geſtat, ipſe nutu renutuq; corporis utatur: ſic nanq; ſpinã uniuerſam ad robur comparauerit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerſo innixi, magno ſe conatu inuicem retrudunt. Etiam qui à ceruicibus pendentes, deorſum trahunt, ad robur ſe præparant. Cæterũ talia omnia exerceri citra palæſtram, aut copioſum puluerem queunt, quocunq; conculcato loco erectis ac ſtantibus. Quæ uero luctantes inter ſe moliuntur, cum robori augendo ſtudent, hæc aut puluerem altum, aut palæſtram deſiderant. Ea ſunt eiuſmodi: cum alter luctantium ambobus cruribus alterũ alterius crus cõplectitur, deinde manibus inter ſe collatis, altera ceruici uiolenter incumbat, utiq; quæ è regione impediti cruris eſt, altera brachio. Licebit & circa ſummũ caput manibus connexis iniectis uiolenter retrorſum ſe agat ac reuellat. Eiuſmodi lucta, utriuſq; luctatoris robur exercet: quemadmodum & ea quæ altero alterũ crus cruribus ſuis cingente, uel ambo per ambo mittente, fiunt. Nam hæc quoq; utrũq; ad robur præparant. Infinitæ aliæ eiuſmodi robuſtæ exercitationes in palæſtra ſunt. Quorum nimirum omnium peritiam uſumq; pædotriba callet, ipſe ſanè ſicà gymnaſte diuerſus, ut à medico coquus. quod ipſum quoq; ad perpenſionẽ æſtimationemq; ſe offert. At dictum quidem iam de hoc eſt in eo libro qui Thraſybulus inſcribitur. cæterum dicemus & nunc

nunc quod satis ad præsentem sit disputationem: uerũ si prius exercitationũ uarietates absoluero. A

XVIII Exercitationũ igitur quæ robustæ sunt, quasq; εὐτόνους Græci uocant, dictæ iam. Superest ut de ijs dicamus quæ celeritate peragunt, citraq; robur & uiolentiam. Id genus sunt cursus, & umbratilis armorum meditatio, & cum duo summis manibus concertant, ἀκροχειρισμὸς Græci uocant. tum quæ per corycum, id est follem, & magnã ac paruam pilam exercitatio fit, utiq; cum à distantibus & currentibus administratur. Eius generis est & quod ἐκπλεθρίζειν Græci dicunt, & quod πιτυλίζειν. Est autem ἐκπλεθρίζειν, cum in plethro, id est, in sexta parte stadij quis prorsum retrorsumq; uicissim, idq; sæpe, in utranq; partem sine flexu cursitans, unoquoq; cursu breue quiddã de spatio demit, quoad deniq; in unico gressu constiterit. B πιτυλίζειν uero, si quis summis pedibus ingrediens, tensas in sublime manus, hanc antrorsum, illã retrorsum celerrime moueat. Hoc uero exercitamento maxime ante parietem stantes uti solent: quò, si quando aberrẽt, facile pariete apprehenso erigantur. Sed & sic exercitatorum error magis latet, & exercitium ipsum fit imbecillius. Celeres uero motus sunt, citra tamen uiolentiam, & qui in palestra eduntur, circumuolutis humi nobis uelociter uel solis, uel cum alijs. Licet aũt & erectis, tum circũactis, ac uelociter propè adstantẽ mutantibus, celerem exercitationẽ peragere. Potest & solis cruribus, idq; erectus, ac uno loco consistens celeriter exerceri: subinde quidẽ retro tantũ resiliens: interim uero crurũ utrunq; uicibus referens. C Quin & per manus exercitatione celeri tantundẽ ualente uti datur, idq; citra ullos alteras: utiq; si frequẽtię celeritatiq; motus earum impense incumbas: siue has in pugnum ductas, siue explicatas mauis.

XIX Ac eiusmodi quidẽ celeris exercitatio est, in quibus dixi speciebus comprehẽsa. Reliquum est ut ad uehementẽ ueniamus. Ea uero sicuti prædictum iam est, ex robusta celeriq; composita est: quando quas robustas diximus, ijs omnibus ut uehemẽtibus uti licet, motus modo celeritatẽ adijcias. Non in postremis uero uehemẽtes hę sunt, fodere, discum mittere, se mouere, saltare, idq; continuato sine intermissione opere: similiter graue quoduis telum iaculari, continuatis sibi quàm ma- D xime iactibus: aut graui armatura tectũ celeriter agitari. Et qui aliquo quidẽ talium exercẽtur, intermittere paululum solẽt. Atq; hoc loco inter assiduam interpolatamq; exercitationẽ differẽtiam noscas licet. Quas enim modo retulimus, uniuersæ morula interposita magis usurpari solẽt, ac potissimum quæ labores operaq; sunt, non solum exercitia, ut fossio, & remigatio. Quæ uero remissiores exercitationes sunt, eæ sine interposita quiete magis fiunt, ueluti cõtinuatus diu cursus, quẽ Greci dolichon uocant, & iter facere. Hæc igitur omnia exercitationum genera sunt, quæ & modo dictas differẽtias habent, & supra has quòd alia lumbos magis quàm brachia cruraúe exercẽt, alia spinam totam, aut pulmonẽ tantum, aut thoracẽ tantum. Quippe statio cursusq;, crurum exercitationes sunt: acrochirismi, et sciomachiæ, brachiorum ac manuum propria. Lumborum autẽ, assidue se inclinare, ac rursus reuocare: idq; aut pondus aliquod à terra tollentẽ, aut assidue in manibus sustinentẽ. Sunt & qui depositis ante se alteribus, ulnę interuallo distãtibus, postea medij ipsi stantes, inclinant se, atq; attollunt dextera quidẽ eum qui ad sinistram iacet, sinistra qui ad dextrã: tum rursum utrunq; in suum locum referunt. Atq; hoc identidem deinceps faciunt ijsdem uestigijs insistentes. Hic uero motus transuersas spinę partes magis exercet, sicuti prior ille rectas. Thoracis uero & pulmonis maximæ respirationes proprię exercitationes sunt. Maxima uero uox supra iam dicta, uocis quoq; instrumẽta omnia permouet. quorum enumeratio in ijs quæ de uoce edidimus, habetur.

XX Quoniã autẽ huc producti sumus, non alienum sit de omnibus animalis partibus tradere, & quæ motus euidẽtes, & quæ leues & obscuros obtineant: quæ rursus à se moueantur, queq; ab alijs. Quippe eiusmodi discretio non paruam cõmoditatẽ gymnastæ afferet ad omnia animalis membra mouẽda, aliàs à se, & propria uirtute: aliàs ab alijs, & per alienam. Quæcunq; enim uoluntate suscipiuntur actiones, eæ musculorum neruorumq;, & quos aliqui tendones, græci τένοντας uocant, proprię sunt. Eędẽ tamẽ si maiore ui & celeritate fiũt, primum quidem & maxime dictas iam partes, ex accidenti uero etiam arterias exercent. cum prædictis uero ossa, uenæ, carnes, ligamenta, & cæteræ omnes animalis partes unà mouentur. Reliqui uero motus qui in animalium corporibus noscũtur: quicunq; non cõmuni uoluntate suscipiuntur, sed uel naturales sunt, uel pro animi affectibus eduntur, duplices hi genere sunt. alij enim cordis & arteriarum, alij uenarum & iocinoris actiones sunt: atq; horum quidem primum & maxime: secundo loco reliquarũ omnium partium: quandoquidem quatuor naturalibus facultatib. omnes gubernantur. A carteriarum quidem cordisq; motus nunq; sanè omnino intermittitur: cæterum magnitudine, paruitate, uelocitate, tarditate, & uehementia, uarie intenditur atq; remittitur, idq; multis ex causis: quas omnes in opusculo quod de pulsuum causis conscripsimus, percensui. nunc summa tantum capita delibasse sat erit. Vna igitur mutãdi pulsus causa est naturalis caloris auctio, diminutioq;. altera causa est quæ ex animalis spiritus mutata quantitate spectatur. Tertia, quæ ex firmitate infirmitateq; naturalis uirtutis accipitur. Quarta, quæ ex instrumenti ipsius malo affectu æstimatur. Verũ de hac disserere non est huius loci. Iam enim ægrotet animal necesse est in eiusmodi affectibus: cum reliquæ omnes pulsus mutationes etiam in sanis spectentur. Quæ igitur ex aucto diminutoq; naturali calore mutatio oritur, ea pro anni tempore, nutrimento, potione, balneo, frictione, somno, & uigilia, itemq; animi affectibus, & actionibus uoluntate susceptis, incidit. Quę uero ex animalis spiritus alteratione nascitur, ea pro motus qui uoluntate consi-

consilioq; initur (καθ' ὁρμὴν, graece uocant) differentijs uariatur. Quae ex uirium firmitate infirmitateq; oritur, pro substantiae ipsius cordis & arteriarum bono contrarioúe temperamento contingit. Porrò uenarum opus unà cum alijs instrumentis uniuersis quæcunq; natura ad alimenti dispensationem excogitauit, pro cibo potioneq;, tum uero pro distributionis in corpus, & cõcoctionis, & nutricationis ratione uariatur. Huius uero mutationis arteriæ quoq; participes sunt. A

XXI Qui uero motus, actiones non sunt, horum triplex diuersitas intelligitur. Alij nanq; animantibus ex seipsis insunt: alij extrinsecus adueniunt: alios medicamenta proritant. Et ex se quidem animalibus insunt ij quos ante memoraui. Extrinsecus uero accedunt qui nauigando, equitando, aut gestãdo siue uehiculo, siue lectulo pendente, siue cunis agitatis prẽstantur, siue per nutricum ulnas, ut infantibus: extrinsecus preterea aduenientiũ & frictio fit. Nonnulli tamẽ motus misti plane sunt, ueluti equitatio. Non enim ut in uehiculis, præsertim in quibus stratus quiescas, ita etiam cum equo insideas accidit ut à gestante tantum agiteris, ipse nihil agas: quin spinã erectã sustinere, tũ utrisq; fœminibus equi costis firmiter hærere, & crura extendere oportet, etiã ante prospicere. In quo non modo uisus, sed etiã collum laborat, precipue tamen uiscera hoc genere agitantur. Porrò ea salientibus quoq; æque dimouentur: uerum ijs qui uehiculo gestantur, non æque. Quare siquis uiscera quæ sub septo sunt, mouere uiolentius uelit: & prædictos labores adeat: & præterea ad frictionem quæ per circumiectam fasciam administratur, accedat. Statuatur autẽ oportet is qui fricat, à tergo: qui modo in dextram, modo in sinistram manus inijciat: acclinante apprimẽteq; has ipsas partes ipso qui fricatur. Sanè cõcutiunt nonnihil ea quæ sub septo uiscera sunt, & maximè tũ respirationes, tũ uoces: pari modo efflatus & qui per se fiunt, & qui cum cohibito compressoq; spiritu tum in tibiarum sono tum uoce adhibentur. Iam ipsa spiritus cohibitio, exercitatio quædã musculorum est, non minus certe eorum qui in abdomine, quàm qui in thorace insunt. Verum de hac post agetur, utpote quæ supra alia quæ modo retulimus cõmoda, etiam aliam gratiã non leuem præstat: cuius nimirum causa ad finẽ eam exercitationis adhibemus. Verum ad propositũ redeundum, nẽpe ꝙ non pauci ex ijs motibus qui partibus animalium accedunt, nec partium ipsarum actiones sunt, nec earum actiones sequuntur: sed ab alijs & per alia perficiuntur: ueluti in uehẽtibus, nauigantibus, perfricandis, purgandisq; per medicamenta tum uomitoria tum aluum ducentia fit. Verum eiusmodi motus, huius de tuẽda sanitate artis non est. Reliqui omnes & potissimum ij qui ex frictione fiũt, in primis necessarij cognitu huius artis presidi sunt: quippe ad cuius professionẽ spectat omnium motuum uires nouisse. Sicuti (reor) ad opifices ipsos spectat singulos particulares motus nosse. Hi nãq; uarietatẽ quæ in materia est, norũt: B C D

Gymnastes uirtutis singulorum scientiam habet. Etenim siquis me iubeat ut hoplomachicos, id est armorũ meditationis motus, uel aliũ doceam, uel ipse concinne peragam: sanè unumquemlibet eorum obire cõmode nequeam. At sicui me hoplomachicorũ cum agit adhibeas: non modo quam uim obtineat actionum quælibet, sed etiam quam maxime partẽ exercitet, omnibus illis certius norim. Imò uero (si uerũ ingenue fateri oportet) hoplomachicus nullius earum uim reddat. Qui exercitationum artem probe callet, is omnes nouerit, singulas ad certos referẽs fines. Nanq; aut uiolentæ quędam sunt, grauesq;, ac robustæ: aut leues, celeres, & concitatæ: aut pariter uiolentæ & celeres. Has igitur obiter dum agi cõspicit, statim uisas facile dignoscit: atq; hoc amplius quænã crura, brachia, uel thoracem actio exerceat: quæ lumbos, caput, spinam, uel uentrem: quæ demum aliã quamuis partem egregie præter cætera fatiget. Hoplomachicus enim apte numeroseq; motus peraget celeres fortasse, robustos, ac graues: cæterũ quòd densent aut emacient eiusmodi motus, parum nouerit. Pari modo nec quòd carnem augent & rare faciunt motus tardi. Iam idem robuste simul & tarde & grauiter mouebitur, nec tamen quòd istiusmodi motibus corpori robur & grauitatem acquirit, intelligit. Aurigandi quoq; peritus omnes motus particulares numerose apteq; & ad usum commodissime explicabit: sed qui horum corpus emacient, aut carne impleant, robustum, uegetũ, molle, durũ, densum, rarumúe efficiant, omnino ignorat. Ita & qui pila exercere instituit, (σφαιριστικὴν uocant) omnem pilæ iactum exceptumq; callet: minime tamen quem corpori affectũ hi cõparet, nouit. Pædotriba quoq; quicquid in palæstra motuum geritur, pernouit: quid quisq; motus efficere queat, ignorat. Et (ut semel dicam) omnes homines, artifices iuxta artisq; rudes, quos corpore motus exercent, eorum ignorant uires, saltatores, nautæ, fabri tum materiarij, tum ferrarij, piscatores, agricolæ, ædificatores, sutores, omnes deniq; qui quiduis moliuntur. At gymnastes ex ijs quæ ante retuli principijs, cuiusuis actionis, etiam eius quam nunc primum, nec ante, conspexit, uim tenebit: ueluti statim saltantium præuegeti motus. in quibus nimirum ꝙ maxime saliũt, ac celerrime circumacti uertuntur, & genu prius posito mox emicant, & crura tum attrahunt, tum maxime diuaricãt. & summatim, in quibus ocyssime mouentur, gracile, musculosum, durum, cõpactum, præterea uegetum corpus reddũt. At remissi tardi & languidi motus, non solum non eiusmodi corpus quale nunc diximus faciunt, sed contra si natura musculosum & uegetum sit, diuersam omnino affectionem inducunt. Quod igitur paulo ante diximus pædotribam ita esse gymnastæ ministrum, ut medici coquũ: id nunc quoq; ostensum est. Quippe coquus betam, lentẽ, aut ptisanam aliàs alia ratione præparat: nec tamẽ quod præparauit, quam uim obtineat intelligit, aut quænam præparandi ratio cẽsenda sit optima. At medicus nihil horum

ita

ita ut coquus parare est potis: uerũ quicquid praeparatum sit, eius uires probe callet.

XXII Ergo gymnastes propositi nobis adolescentis, utiq; qui optimum corporis statum est sortitus, omnium quidem exercitationum uires pernouit: deligit uero ex omni genere quod moderatum mediumq; inter utrunq; excessum est. Nam neq; celeris tardęúe exercitationis optimus status eget, sed planè mediocris ac mediae. nec rursus uiolentae & uehemẽtis, nec remissae & languidae, imò in his quoq; mediocre optimum est: quando non alterare, sed planè seruare optimum corporis statum conuenit. Siue igitur armis eiusmodi adolescentẽ exercitare gymnastes uelit: peritissimo materiae hoplomachicarum actionum adscito, eum omnes sibi promere actiones iubebit. mox ipse eliget, ac discernet, imperabitq; quibus earũ saepe, quibus raro, quibus mediocriter, quibus aut nunquã, aut semper exercitari eum uelit: quippe quẽ latere non potest quae quodq; membrum exercitatio magis agitet, quaeúe cuiusque exercitationis qualitas facultasúe sit. Si uero folli pilaúe exercitare studet: hic quoq; rursus tum genus, tum qualitatem, tum modum actionis inueniet: ipso follis pilaeúe perito, pro ministro adhibito, quò illi omnẽ eius generis actionum materiam indicet. Nam ipsius propriç cuiusq; artis materiae, gymnastes, quà gymnastes, omnino est ignarus: uerum ubi semel inspexit, non solum qualitatẽ, sed etiam uim eius protinus intelligit. Quamplurimos enim ipsi ex ijs quibus imbecilliores quaedam corporis particulae erant, unde crebris in his urgebãtur morbis, unius gymnasticae ope restituimus: neq; tamẽ omnes proprijs exercitationibus, sed siue quis saltator erat, siue hoplomachicus, siue pancratiastes, siue luctator, siue alio quouis genere exercitatus, iusso eo magisterij sui motus corã promere: mox appositissimis unà cum tẽpore & modo delectis. Verum de correctione id genus, procedente tractatu agemus: ea scilicet operis parte in qua de uitiosis corporum statibus disceptabitur. Nunc optime comparato corpori suum statũ tueri proposuimus. Porrò huic ex omni genere mediocritas adhibenda est, frictione, exercitatione, balneo, cibo, somno, ita ut nec durior illi, nec mollior habitus corporis reddatur. Quippe hic ab extrinsecus imminentibus facile offenditur: ille corporis inhibet auctum. Praeterea nec densior, ne uidelicet in carne excrementorum aliquid haereat: nec rarior, ne quod est salubre effluat. Simili modo, siquidẽ optimo habitu erat, nec solito gracilior, nec crassior: cum cõstat gracilitatẽ externis iniurijs, crassitudinẽ ijs quae interne ab ipso corpore proueniũt, esse obnoxiã. Pari modo neq; calidius, frigidius, siccius, uel humidius efficere eiusmodi corpus expedit, siquidem inculpato temperamento erat.

XXIII Vnum igitur est quod in ita se habente corpore est spectandũ, nempe in omni tuendae sanitatis materia, quod conueniens mediocreq; est. Porrò id est inter utrunq; excessum planè mediũ. Quemadmodũ autẽ huius maximè sis compos, su-

A pra iam dictum est. Caeterum de ijs quae maxime necessaria sunt, uel saepius meminisse non sit profecto inutile. Prima ergo dies crassiorẽ coniecturam praebebit, secunda uero, tertia, quarta, & reliquarũ quaelibet, pro ratione magis exactã. Quippe in prima die omnia tibi pro dictis iam scopis sunt peragenda. Exuat se, sicut Aegimius praecepit, ubi in lotio iam perfecta concoctio cernitur. Mox frictionis ratio huc spectet, ut membra molliantur. Docebit id tum floridus colos, qui in summa cute residebit: tum artuum flexibilitas, habilitasq; ad omnẽ motum. Post haec exercitetur, dum & corpus intumescit, et color illi floridus apparet & motus prompte, aequabiliter, & concinne edit. Inter haec uero sudorẽ cum calido uapore mistum

B cernes. Inhibẽda uero exercitatio tum primũ est, cum aliquod horum fuerit mutatũ. Quippe si contractior paulo corporis moles uidebitur, desistendum illico est. si enim ultra quid pergat, etiam boni succi nonnihil educetur: atq; ita tum gracilius corpus fiet, tum aridius, atq; ad incrementum minus habile. Non minus profecto & si floridi coloris gratia uanescat, cessandum est: quando si exercitationem cõtinues, frigidum corpus efficies, & nimium exhauries. Iam motuum alacritas, aequabilitas, uel cõcinitas si remitti quippiam collabiq; cernitur, utiq; statim desinere conueniet. Itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius quãtitatisúe mutatio: quippe quem & copiosum magis, & magis incalentẽ edi par est, prout motibus uehementiae plus accesserit. Cum igitur is aut minor intelli-

C gitur, aut frigidior, tũ scias digeri exhauririq; corpus, praeterea refrigerari ac siccari plus iusto. Quo magis solicite attendendum exercitando corpori est, ut cum dictarum iam notarum quęlibet apparet, protinus cesset. Nec tamen protinus lauatum ablegandum est, sed ante summam exercitationis intentionem, quam ἀκμὴν graece uocant, remittere sistereq; iubebitur. Quòd si illa cohibendo spiritum implere uelit: perfundi oleo, atq; apotherapia uti deinceps debebit. Porrò ea cuiusmodi res sit, simul qui sint in ea scopi, & quae mensura, praeterea quibus absoluatur tum motibus, tum frictionibus: sequenti libro monstrabitur. praesentem enim, utpote satis uerborum habentem, iam cõmo-

D de uideor finiturus: si modo illud unum adiecero, lauacrum quod omnino medio temperamẽto sit, ad propositam aetatem naturamq; esse eligẽdum. Propositũ nanq; est, si recte meminimus, tertium à natiuitate septenniũ, id est quod inter quartumdecimum ac unum & uigesimum annos interuenit. Quo utiq; frigida lauari adolescentem adhuc nolim, ne incremento eius (cui plurimum est consulendum) sit in mora. Vbi uero iustam magnitudinem impleuit, etiã de frigida lauatione aliquid dispiciemus. Simili ratione et de exercitationibus quae in puluere obeuntur, exquisitius in sequenti sermone agemus. In praesenti illud nouisse satis erit, ne puluere quidem huic opus esse: modo illi in qua exercitabitur, domus ad eum modũ quem inter initia praecepimus, praeparata sit. Verũ si ca-

lidior sit, tum puluere utendū. At eo si utetur, omnino erit lauandum. Sin non utetur, liceat & illotum dimittere, præsertim hyeme. Post hęc uero & quæ ad cibum, potionem, somnū, ambulationeḿq; pertinent, coniectanda huic sunt qui adolescenti præficitur: & in sequentibus à nobis dicentur. Verum fieri non potest ut modi horum primo saltem die ratio illi exacta constet. secundo, ubi exploratum habuerit quomodo post quot exercitationes nutritus adolescens sit: si proprium naturæ habitum prorsus seruare uiderit, eodem seruato modo tum nutriet adolescentē, tum exercitabit. Sin non seruauerit: quacunq; ratione à pristino habitu est lapsus, reducere eum mutata mensura tentabit: itaq; facere nō desistet quoad in singulis peragendis exactum modum definierit. Quot uero, & qui sint præter naturam lapsus, ac quemadmodum quemlibet tum agnoscere, tum reparare conueniat, in sequenti opere docebitur.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI TERTII GALENI De sanitate tuenda.

Caput 1. Breuis superiorū repetitio ut sequentibus coniungat. Nam in primo libro ab infantia ad 14. usque annum tractatum est: in secundo tertius septenarius.

2. De recuratione siue apotherapia, quarum est altera gymnasii species, altera pars de qua nunc dicetur. Scopus eius primarius est ut excrementis corpus leuetur, secundarius ut lassitudo euitetur. Peragitur autem inter duram & mollem mediocri frictione, oleo largo, multis manibus duriuscule iniectis, sed celeriter motis, & membra comprimentibus, spiritu quoq; retento, ut ilia inflentur, & partibus quæ fricantur ab eo qui fricatur extēsis. Athletas nunquam ferè lassitudinem pati, nisi in illo gymnasio quod τέλεον & κατασκευὴν uocāt: ad quod alij homines cum non adigant, facile uitabunt lassitudinem. 3. Retinendi spiritum scopus, utilitas, & modus. Est autē duplex retentio: prima & recurationi conuenientior, quæ fit cum uenter attollitur tensis omnibus thoracis musculis, ijs autē qui circa septū trāsuersum & abdomen sunt, remissis. Secunda est, quæ etiam abdominis musculos mediocriter intendit, ad repurganda, quæ septo subiacent, uiscera. 4. Fasciarum circumactus, quomodo circa diuersas corporis partes fieri debeant. Frictio neq; continua, neq; uehemens eius qui recuratur, esto, sed motu eius aliquo & mēbrorum extēsione mediocri interpellata. Amplius de spiritus retentione, & eius utilitate, quam in medio etiam gymnasii, sicut & recuratiuam frictionem cōmendat, præcipue in grauioribus ut athleticis gymnasiis. Deinde longitudinem operis excusat. Similibus astruit subitam multitudinē obstruere, ideoq; paulatim non concitatis exercitijs uacuandos esse poros. Contra Asclepiadē dicentē spiritus retentionem implere caput. 5. Proponit quo ordine sit deinceps de balneis acturus, & primo loco de dulcibus tēperatis, quæ calefiunt: quid per se, quid per accidēs efficiant. Homini temperato nihil esse ijs opus, nisi forte ad sudorem, & puluerē abluendum. 6. De frigida lauatione, & eius usu: qua ætate incipiendum ea uti. 7. De lassitudine, & eius differētijs septem, deq; singularum causis. Sed hoc loco de simplicibus tantum agit, nempe ulcerosa, tensiua, & phlegmonode, & ostocopo. Nam quarta quæ ex ariditate oboritur falso nonnullis imponit, tanquam & ipsa lassitudo sit. 8. De lassitudinis ulcerosæ causis & cura. Quò dulcius oleū, eò conuenientius ad hanc curam: astringentia & medicamentosa prorsus aliena sunt. 9. De lassitudinis tensiuæ curatione, & causis. 10. De phlegmonode lassitudine, eiusq; cura & causis. Et probatio nonē duabus prioribus eam compositam esse, sed simplicem. Scopi tres in eius cura, scilicet uacuandi, laxandi, refrigerandi. Quarta affectio, ex ariditate scilicet, nō lassitudo sed ei similis est. & quomodo curari debeat. 11. De uictus ratione per singulas lassitudines. Multas esse inter gymnastas de uictus ratione lassitudinū dissensiones: quod cum uni aut alteri conueniens aliquid uidissent, id sine discrimine omnibus in uniuersum attribuerint. Contra eos qui calidiorem aquam probauerunt contra quamcunq; lassitudinem, priusquam contingeret, futura autem metueretur. 12. Contra Theonem, qui de lassitudinum cura non rectè senserit, ζεστολουσίαν dicens post omnia grauia gymnasia cōuenire: cum quarti tantū affectus ea propria sit cura. ἀντιδιείληπται in uerbis Theonis dupliciter accipi posse. Theonem obscure & indistincte sententiam suam pronunciasse, non adiecta ratione uel causa ulla cur parciorem cibum absolute, post graue gymnasium exhiberi censuerit: quanq; uariæ post id lassitudines, & quartus etiam ille aridus affectus consistere queant: & tribus quidē angustius solito conueniat nutrimētum, quarto autem largius. Phlegmonodes etiam affectus post grauia fit gymnasia, cui tamen ζεστολουσία non conuenit. Theon ulcerosam & tensiuam lassitudinem confundens unam facit. Quid Theoni erroris occasionē fecerit. Cura affectus quarti, qui cum siccitate consistit. Quartum illum affectum oriri non solere, nisi prius una aut altera lassitudinis species præcesserit, præterq; in euectico uel athletico corpore, ubi uel ab initio consistere potest. 13. Genera lassitudinum tria sunt simplicia, iam enumerata: & quatuor composita ex his tribus, primum singula singulis unde tria nascētur, tandē inter se uniuersa tria. Itē curandi ratio & scopus in compositis. Maioris maior habeat ratio. Maius duobus modis dicitur. 14. Cōiugationes lassitudinum quot futuræ sint, si prædictis septem affectus à siccitate progenitus copuletur: nēpe 11. compositæ, cum 4. simplicibus, unde 15. efficientur. Multa lassitudinum accidentia. 15. De stegnosi, id est meatuum occlusione, siue ipsis meatibus per densationē cutis conniuētibus, græci mysin uocant: siue à lentis crassisq; humoribus obstructis. Eius notæ & cura. Olea et unguenta diuersa enumerat. 16. De exercitatione post uenerē, aliàs quidem (præsertim iuueni et robusto) præparatoria adhibēda, ut corpus dēset, sudorē restringat, calorē augeat. Apotherapeuticam autem suadet si uigiliæ curæue post uenerē fatigarint. In sequentibus se demonstraturū de venereis promittit, quæ in præsentia dicuntur per hypothesin tantum accipi petit. Siccitas ex ira uel potionis penuria. 17. Corporis à largiori potione humidioris quàm par est cura. Nam si ex ocio factum fuerit humidius, uel immoderati ac intempestiui nutrimēti usu, pluribus diebus ad emēdationē eget, quare hic non explicabitur. Si in caput aut stomachū humiditas redundet, qualis sit affectus in morborum symptomatis dicetur. 18. Quinti dicta quædam scurrilia de unctione, urinis, calido, frigido, humido, & sicco. Tum de frictione matutina, qua utendum est cum mane frigoris, lassitudinis, siccitatis, dēsationis cutis, uel raritatis, uel à potu humiditatis sensus percipitur, sed in singulis his diuersimode. Mox ad uespertinā accedit, cuius usum ad lassitudinē quoq;, & siccitatē (uel atrophiā) suadet, ita tamen ut prandiū præcesserit angustius, multumq; inter cœnam temporis fuerit interiectum, maxima parte quiescendo, parum modo & leuiter deambulatione habita, & excrementis depositis, &c.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER TERTIVS



MEDICORVM gymnastarũq; qui de sanitate tuenda prodiderunt, alij omniũ hominum cõmunia præcepta tradiderunt, nihil usquam cogitantes de corporum nostrorum per species differentia. Alijs dissidere inter se corpora nostra non paruo discrimine, placuit: eorum tamen differentias, ceu comprehendi plane uniuersæ nequeant, cõsulto omiserunt. Pauci omnino qui per species & genera discernere sunt aggressi, plura perperam q̃ recte scripserunt. Nos primo statim uolumine quot numero species humanorum corporum sint indicauimus, promisimusq; singulis propria tuendæ sanitatis præcepta seorsum tradituros. Orsi aũt sumus ab eo corporis statu in quo queri de ullo naturæ uitio non possit. Quoniã aũt is homo negociorũ interdum occasione, uel sponte, uel inuitus, pro secundæ ualetudinis præceptis uiuere prohibetur: satius uisum est primũ eum liberum, suiq; plane spontis, ac uni corporis ualetudini uacantem, proponere. Ac quemadmodum quidem educari eiusmodi hominem conueniat, primo libro docuimus, ad quartumdecimum usq; annũ curã eius persecuti. Secundo qua ratione ad uirilẽ ætatem duci debeat, indicauimus: ubi longior sermo incidit, postquam in cõmunia artis tuendæ sanitatis capita deuenit, sine quibus ne de proposita quidem ętate naturaq; exacte differere licebat. Omnes enim tum frictionis, tum exercitationis differentias enumerauimus, nõ mehercle particulares, (nisi sicubi has obiter exempli causa referre ex usu fuit) sed quæ genere ac specie sunt distinctæ. Ergo in frictionibus quidem quam mollis duraq; & insuper mediocris facultatem obtineant, interpretati sumus. Adiecimus & differentias quæ à quantitate sumuntur, numero itidem tres: mox quæ ex coniugatione harum oriuntur: omnes in toto numero nouem: etiam potestate singularum exposita. In exercitationibus uero enarratis quænam acuta ueloxq; uocetur, quænã hebes tardaq;, ac quæ harum mediæ primæq; natura saltem sint, itemq; quæ ualẽs ac mollis, præterea grauis leuisq;, quæq; harum sunt mediæ, simili modo tractatis, docuimus optimũ corporis statum per omnia quæ mediocria cõuenientiaq; sunt, quæq; eadẽ media plane excessuũ sunt, agi debere: idq; tum in frictione, tum exercitatione, tum balneo, tum alimento, omnibus deniq; quæ salubrem uictus rationem cõplent. pollicitiq; sumus sicuti de frictione exercitationeq; fecimus, ubi in genera quædam cõmunia speculationem reuocauimus, quò simul recordatu facilis, simul certa ratione uiaq; tradita doctrina esset: ita & in reliquis omnibus facturos: ac primum quidem de ea quam apotherapian uocant, acturos: quandoquidem ea proximo loco tractanda in superiorib. est proposita.

A

II Quippe ubi quousq; intendere augereq; exercitationẽ oporteat, quod ad sanitatis rationem pertinet, præcepimus: ad finem quoq; sequi debere diximus apotherapian. de qua nũc agamus. Est igitur primum ea genere duplex. Altera quidem exercitationis ceu pars, altera eius ceu species. Ac de ea quidem quæ ceu species censetur, post dicemus. De ea uero quæ ut pars habetur, nunc agendum. Omnis exercitationis probe peractæ postrema pars apotherapia dicitur. Ea duplici cõsilio suscipitur, & ut excrementa expurget, & ut corpus à lassitudine tutum reddat. Prior causa etiam exercitationi cõmunis est: quando eius quoq; duplex

B

omnino propositum est, et ut solidas animalis partes firmet, & excremẽta expurget. Proprius tamẽ apotherapiæ scopus est, ut lassitudinẽ quæ succedere immodico exercitio solet, summoueat atque prohibeat, Ac athletis quidem [& alijs qui opere corpus fatigant,] sicuti qui uel fodiunt, uel iter agunt, uel remigãt, uel tale quippiam opus uitę necessarium obeunt: præstò lassitudines adsunt, nisi apotherapia deuitentur. Verum, de quo hoc loco agimus, optime comparatũ corpus, quod ab omni seruitute est liberum, & uni sanitati uacat: raro lassitudine tentatur. Sicuti enim athletæ, quos labor maximus exercet, nullo alio exercitãdi genere obnoxij lasitudini sunt, preterq; eo quod ab ipsis absolutum dicitur: ita nec qui uitam degunt

C

liberã, & qui tantũ ualetudinis tuendæ gratia exercitantur, usquã lassabuntur, propterea q̃ huiusmodi exercitiũ adire nulla necessitate cogunt. Athletis enim necesse est (quò uidelicet ad immodicos in certaminibus labores etiã totũ diem aliquãdo cõtinuatos præparato iã corpore sint) absolutissimum illud exercitiũ (ipsi etiã κατασκευὴν, hoc est structurã absolutã uocant) aliquando obeant. Verum qui tantũ tuendæ bonæ ualetudinis causa exercitantur, ijs nec necessum nec utile plane est immodicos labores adire: itaq; his nullus instat lassitudinis metus. Nihilo secius tamen ijdẽ apotherapia utentur, etsi nullo lasitudinis timore, at certe excremẽtorũ purgãdi causa: cui ex pleniore mensura, siue ut græci loquũtur, ἐξ ἐπιμέτρου, hoc est auctario, etiã lasitudinis securitas accedit. Nã et si ipse exercitationis modus his est à lasitudine q̃ maxime alienus, actiõisq; omnis ratio plane citra uiolentiã: fieri tamẽ aliquãdo potest ut gymnasten in utroq; paulũ quid subterfugiat: quod neglectũ, si nõ magnã, certe leuẽ exercitato lassitudinẽ concitet. Cæterũ nõ cõuenit qui sibi uiuat, & uni corporis sanitati uacet, ut uel minimũ lædatur usquã. Tutissimũ itaq; sit apotherapia semper uti. Quę qualis adhibenda sit, ipsa finiũ ad quos tendimus, demõstrabit natura. Nã quoniã id petimus, ut solidarũ animalis partiũ excremẽta quæcunq; excalfacta extenuataq; per exercitationem in corpore adhuc manẽt, prorsus ejciant: & frictiones quæ per alios administrentur, adhiberi oportebit, & cum

D

his

his unà tum ipsarum quæ fricantur partium tensionem, tum etiam spiritus cohibitionem. At quoniā nec frictionū unica ratio est, nec spiritus cohibēdi: deligendū ex utroq; genere est quod utilissimum est. Atq; ex frictionibus quidē, quę dura est, cogere corpora, hoc est densiora simul durioraq; reddere traditum iam est. Itaq; hæc ad res propositas parum est accōmoda. siquidē quod densatur, intra se cludit, quod laxum fit, liberū excrementis exitū præbet. Ad eundem modū quod durat: ijs quæ tensa sunt, maxime est aduersum, ut quod eorum affectum magis adauget. cōtra quod mollit, id est utilissimum. Si igitur simul & excremēta digeri, & quæ tensa sunt, molliri conuenit: duræ certe frictiones omnino sunt fugiendæ. Nec his minus à lentis cauendū arbitror. Nam postq; à se corpus non amplius dimouetur, periculum est ne frigescat, ac densescat, dum nulla ope externa calfit. Hac igitur de causa non solum cum celeritate est fricandum, sed etiam quoad fieri potest, plurimis manibus: quò nulla corporis pars nuda maneat. At si nec tardam esse frictionem oportet, nec duram: oleum nimirum fricando corpori largiter circunfundi debebit. id enim ad uelocitatē simul & mollitiem frictionis multum cōducet: & alioqui aliud secum non mediocre cōmodum affert: quādo & quæ tēsa sunt, remittit: & quæ inter uehemētius laborandū fatigata sunt, emollit. Atq; his quidem de causis dura uitanda est frictio, ob alias uero mollis. quippe ea nec alte demittitur, sed circa cutē ipsam & ei uicinas carnes deficit: nec ea quæ in angustis meatibus contenta excrementa sunt, elidit. Cuius profecto causa tum ipsam fricandarum partium tensionē, tum spiritus cohibitionem iniungimus. Media igitur mollis duræq;, quæ eadem mediocris est, ab utriusq; incōmodo abesse uidetur, & à mollis inefficacia, & à duræ uiolentia noxaq;. Ea uero perficietur fricantis quidē manibus ualenter iniectis, ita ut earum impressio ad duram frictionem proxime accedat: cætera pinguitudinis copia, & uelocitate mouendi eatenus remissis, ut planè euadat mediocris. Nam & pinguitudo ipsa ualentioris contactus non leue præsidium est, & breuitas ipsa contactus tantum demit de uiolentia, quantum etiam de tempore. Porrò tendendas obiter dum fricantur partes censemus: quò quicquid inter cutem & subiectam carnem excrementorum residet, per cutem expellatur. Quippe ambabus ijs laxis non magis foras q̄ intro ferri excrementa continget. Distentis uero ijs quæ sub cute sunt, omnia foras eliduntur, ceu gemina manu expressa: una foris, eius utiq; qui fricat: altera intus: ipsis scilicet quæ tenduntur particulis, manus uicem supplentibus.

111 Ac propter hæc quidem non exigua portio apotherapiæ est spiritus cohibitio. Appellant uero ita ubi omnibus thoracis musculis qui circa costas habētur, intentis coactisq;, exspirationem continemus. Accidit nanq; tunc ut spiritus qui à costis premitur, dum efflari per exitum arteriæ (λάρυγγα græci uocant) prohibetur, uniuersus

A pessum ad transuersum septum (quod græce dicitur διάφραγμα) detur: atq; ut cū hoc quæ ipsi subsunt omnia simul attollantur, iecur, lienis, uentriculus, & quædam alia. Oportebit autem interim musculos quoq; qui in abdomine sunt (ἐπιγάστριον græci appellant) leuiter contrahi: ut ab his unà cū septo ceu gemina manu pressis quæ intersunt partibus, excrementum siquod intra se habent, foras elidant. Porrò mediæ inter hæc partes continentur, iecur, lienis, uentriculus, crassi ac tenuis intestini partes quæ prominent. Loca uero ad excipienda quę expelluntur excrementa, patent, tū uentris tota capacitas, tum isthic consistentiū intestinorum concauitas. Si uero feriari planè abdominis musculos patieris, nullius prædictorum excrementa uacuabis: quæ uero in thorace ac pulmonibus habentur, ea deorsum transferes. Expedit uero huc potius transferantur, q̄ in illis maneāt: tanto profectò magis, quanto etiā eorum quæ in uentre q̄ quæ in pulmonibus & pectore cōtinentur, promptior exitus patet. Hęc enim (nempe quę in uentre & intestinis sunt) uel euomūtur facile, uel excernuntur: illa cum conatu & ui per tusses eijciuntur. Verum siquis perinde ut septum, ita abdominis quoq; musculos spiritus cohibitione intendat, exquisitius planè expurgabit ea quæ sub septo sunt uiscera: non transferetur tamen quicquā à spiritus instrumentis ad ea quę nutrimento sunt delegata, sed totū in ipso thorace & pulmonibus excrementum manebit. Quare cohibitionem anhelitus id genus nunc non probo: multoq; minus siquis omnino non distento septo ualide ac uehementer contrahat musculos abdominis: quando ita necesse est uenas omnes, partesq; quę circa collum sunt, flatu ac sanguine impleri: excremēta uero sursum atq; ad caput, non deorsum & ad uentrem ferri. Intueri enim id tum in ijs qui tibias inflant licet, tum qui maximam acutissimamq; uocem edunt. Siquidē his collum omne dilatari, faciem uero intumescere, & caput ualidissime impleri uideas: propterea q in hoc opere qui in abdomine musculi sunt tendūtur, diaphragmate his cedente. Est enim quicquid eiusmodi operis est, ueluti in ijs demōstratū est quę de uoce edidimus mistum ac compositū ex maxima exspiratione & spiritus cohibitione: in aceruatis quidem efflationibus, maximo fiēte expiratu, idq; cū ualidissima musculorū tum qui costis insident, tum qui in abdomine sunt, tensione. Cum spiritus cohibetur, eadem utrorumq; musculorū fiente tensione: nullo tamen spiritu elabi permisso. in ijs uero qui tibia sonant, aut acutā uocem edunt musculis pari modo tensis: spiritu tamen nec penitus cohibito, nec aceruatim emisso, sed mediam rationem seruante. Ita nimirum fit ut trium operum cōmunis sit musculorum tensio, propria uero in aceruato spiritus efflatu, uelox eius foras expulsio: in spiritu cohibendo, ipsa eius retentio: in tibiarum opere & uoce mediocris emissio. Causa uero triplicis huiusce operis in exitu arteriæ est: quippe qui in totius simul spiritus efflatu latissime se pandit, in

spiritus

spiritus cohibitione prorsus clauditur: in ijs qui tibia sonant, aut qui uoce acuta simul & magna utuntur, medium quendam habitum seruat. Ac de his quidem posthac aliquãdo agere necesse erit, in ijs quibus de uociferatione agemus. Cæterum spiritus cohibitio, quæ ad apotherapian est maxime idonea, ad uentrem attollendum, fit tensis qui in thorace sunt musculis uniuersis, remissis qui sunt in septo & abdomine. ita nanq; deorsum ferẽtur excremẽta. Secundo autem loco habenda est quę mediocriter eos qui in abdomine sunt musculos tendit, quò uidelicet ea quæ sub septo sunt uiscera, apotherapiæ fructum sentiant.

IIII His ipsis de causis etiam fasciarum (quæ ἅμματα græci uocant) circũactus fieri conueniet: quos fricantes ipsi cum à tergo fricandorum constiterint, circa totum uentrem adhibent. alios autem à parte anteriori consistentes, fasciarum circũiectus faciũt circa dorsum, manus circunducẽtes. alios uero costis, & spinæ, & pectori accõmodãt: idq; conuerso pariter cum his quodãmodo eo qui fricatur. Circa lumbos uero similis fasciarum circumiectio circumactioq; fiet, tendẽte se ad singulas eo qui fricatur, non tamen cum omnibus pariter se uertente: cum neq; continuos motus nec uehementes cõtingere ei ex apotherapia cõueniat, sed certe aliquos, et quibus ex interuallo frictiões sint interpositę. Qui nanq; & cõtinui & uehementes motus sunt, ij exercitationis quam præparatoriam uocant, sunt proprij. qui uero nec continui nec uehementes, apotherapiæ. Itaq; concertatorẽ subinde [complectatur,] subinde repellat: sæpe etiã hoc ipso tempore mutet: sæpe ipse à tergo gymnastæ incumbens, ac crurũ utrunq; per uices ipsi circumplectens, idq; cum tensione aliqua haudquaquam urgente, ab alijs qui commode contrectent, fricetur. hac enim uel maxime ratione & calorem qui exercitando est adauctus, seruauerit: & simul excremẽta proprijs ipsius tum tensionibus tum motibus eiecerit. Ad quod sanè opus, spiritus quoq; cohibitio non parum mihi conducere uidetur: quippe qui undiq; compulsus, in angustos se recipere meatus cogitur: eosq;, si amplius trusus propulsusq; fuerit, etiam penitus transire, atq; extenuati iam excrementi secum nonnihil arripere. Ad hunc sanè modum exilia instrumentorum foramina, uehementiore spiritus inflatu expurgantes opifices uideas. Nam quantum is prorsum per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quædam impelluntur, quædã trahuntur: totamq; uiam peregisse properant. Et truduntur quidem quæ ante occurrũt, attrahuntur quæ ad latus sunt posita: impetu ipso motus utraq; acta. Quinetiam inter ipsam exercitationẽ, spiritus cohibitionem interponunt optimi gymnastæ, atq; etiam quam supra comprehendimus, ipsam quæ apotherapiæ debetur, frictionem: simul hominem cum lassitudo incipit, recreantes: simul cutis meatus paulatim expurgãtes: quò uidelicet perspirabile simul purumq; corpus ad subsequentes labores sit: cum alioqui uerendum sit ne si nihil tale gymnasta pro-

A uiderit, obstruat potius prædictos meatus, quàm expurget, propterea quòd uehementissimi materiæ impetus diuersis temporibus ac rationibus cõtrarios edere effectus possunt. Obstruere quidem cum crassum simul ac multum fuerit quod confertim ac præceps agitur. Purgare, cum exiguum tenueq; est, nec præpropere nec uiolenter cogitur simul omne expelli. Apparet enim ita accidere in omnibus tum externis instrumentis, tum uero calathorum plexibus. Quippe eluitur extergiturq; ex his omne superuacuum, non cum egredientibus adhuc paulatim prioribus alia uiolenter à tergo irruunt (uerendum enim interim est ne quæ in transitu sunt impacta innixaq;, inuicem uiam obstruant) sed cum prioribus planè uacuatis, alia B postmodum uacuantur. Et quid de exiguis meatibus miremur, cũ etiam è theatris multitudo quæ confertim egredi conatur, in exitu hæret? Ob hęc itaq; qui etiam in medijs laboribus apotherapia utũtur gymnastas laudo, potissimũq; in ijs quos grauia (quæ uocant) certamina exercent. uerum de his postea. Qui autem nunc nobis propositus iuuenis est, in hoc nõ ad athleticum habitum, sed ad sanitatem tuendam cõsilia diriguntur, quò minus aut multis exercitationibus, aut coacta comestione est opus, aut etiam suillæ carnis copia, aut pane id genus quo graues athletę utuntur. Atque his omnibus de causis timendum huic non est ne exiles eius meatus obstruantur, si modo probe est præparatus, scilicet idonea frictione, ac laboribus qui ex paruis paulatim crescant. Graui uero athle-C tæ nisi omnia probe administrentur, ob ciborum tum qualitatem tum quantitatem uerendum in exercitationibus est ne obstruantur potius quàm expurgentur halitus meatus. Ac de apotherapia quidem abunde mihi dictũ iam est. Deinceps ad balnea ueniamus: illud modo de propositis præfati, quòd si quis hæc paucioribus interpretabitur, is merito prolixitatem sermonis nostri accuset. Verum si quis aut necessarium aliquod theorema, aut quæ id cõfirment euidentes demonstrationes præteriens, breuitate se usum putat: hunc non tam de tali breuitate sibi placere, quàm certe pudore affici par est. Ego uero & si iustum uolumen scribere de apotherapia potuissem: tamen id D faciendum nõ censui, ut qui longitudinem huius operis contrahere maxime studui. Si enim ad ea refellenda quæ perperam à plerisq; sunt scripta, me conuertere uoluissem: nec paruam nec certe leuem materiam longioris sermonis habuissem. Verum arbitror, ex ijs quæ demonstraui, satis me seminum dedisse ijs qui saltem non planè hebetes sunt, eiusmodi omnia refellendi. Cum enim dicat Asclepiades spiritus cohibitionẽ caput opplere: ex ijs quæ ipse paulo ante definiui cum differentias eius traderẽ, potest qui uolet hominis sententiam refellere. Similiter in secundo quoq; uolumine licuit etiã mihi omnibus exercitationibus singillatim percensitis, librum producere: sicuti cum alij nõnulli fecerũt, tum qui bellissime totã materiã est executus Theon Alexãdrinus. Is enim qua-

tuor libros non alia de re quàm de particularibus A exercitijs scripsit. Quæ & mihi dixisse omnia licuisset, ut qui tũ melius quàm ille interpretari potuerim, tum uero aliorum meminisse non paucorum quæ sunt operis exercitationũ cõmunia. Is enim cum illud sibi proposuisset, ut quemadmodũ athletæ maxime exercitarentur, doceret, in his multum uerborum absumpsit. Potest aũt qui uolet, & de ijs quas singulæ artes præstãt exercitationibus differere. Atq; hæc quidem ijs qui longitudinem operis parum æquo animo ferunt, dicta sint.

V Nunc de balneis agere tempestiuum uidetur: Ac primum quidem de aquis dulcibus calfactis, ut quarum crebrior sit usus: mox de frigidis: postremo de ijs quas sponte natas appellant: quarum aliæ media temperie, aliæ feruentes, aliæ tepidæ, aliæ omnino frigidæ sunt. Dulcium calfactarum aquarum, si media temperie sint, uis calida & humida est. sin tepidiores sint, humida & frigida. quòd si iusto calidiores fiant, calida quidem, sed non perinde humida. Quippe horrere corpora, contrahiq; exiles eorum meatus cogũt, ita ut nec madescere ab extrinsecus accedẽte humore possint, nec excrementi quod intus latet, quicq̃ emittere. Cæterum ab ijs incipiendum quæ medium temperamentum obtinent, quæ per se semper calfaciunt & humectant, euenit tamen ex accidente ut aut per halitum digerant humores, aut superuacua fluxione (ῥεῦμα græci uocant) corporis particulas impleant, aut molliant, aut concoquant, aut uires firment uel infirment: siquidem ad hęc quantitas quoq; earum non minimum confert. Quin alios quoq; multos lauationis aquę temperatæ & potabilis effectus qui iam comprehensis superueniant, enumerare licet. quorũ qui proposito nunc operi sunt accommodi, dicentur quàm fieri potest paucissimis, dilato uidelicet in aliud tempus eo quem in morbis præstant usu. Sed quòd ad sanitatis tuendæ spectat usum, iuuenis in sermone propositus, iã exercitatus redeat ut prius est comprehensum. Huic igitur prædicti balnei perexiguus est usus: ut qui omnia iam ex mediocri exercitatione & iam dicta apotherapia est cõsecutus. Nihilo secius tamen si probe balneum adhibeas, ipsum quoq; apotherapiæ pars aliqua sit. siquidẽ duras tensasq; partes emollit: excremẽtum, liquamentumq; siquod intus ad cutim hæret, euocat. uerum neutrius horum egere uidetur propositus iuuenis: nec ullum aut mollioris carnis aut adipis liquamentũ credibile est illi inter exercitandum euenire: cum & immodicos & uehementes motus talia sequantur: huic uero non solum expulsa omnia excrementa, sed etiam emollitæ solidæ partes sunt obiter dum apotherapia est usus. Quare elui sibi in balneo sudorem & puluerem, siquando hoc utitur, magis postulat quàm calefieri. Ergo transire tantum ad solium usq;, non in balneo immorari is debebit, sicuti qui citra exercitationẽ seipsos elixant.

VI Sed nec morari in piscina huic est opus: imò lotus ut cõprehensum est, ad frigidã festinet. atq; ipsa quoq; medio temperamento est, utpote ad medij temperamenti corpus. Quibus enim aut uehementer frigida opus sit, aut molli, & ueluti insolata: post dicemus. Cæterum optimum corpus quoad augescit, dictum supra est non esse frigida lauandum, ne eius incrementũ moretur. Vbi uero abunde est auctus, iam frigidæ quoq; assuefaciendum est: ut quæ tum corpus uniuersum roboret, tum cutẽ densam duramq; efficiat. Quod sanè tutissimũ est aduersus noxas quæ extrinsecus imminent. Quemadmodũ uero quispiam frigida lauari primum incipiet, sic ut nullam ex subitaria mutatione noxã sentiat: id utiq; ante omnia sciri conuenit. Multi enim cum parum recte incepissent, adeo in frigidã lauationẽ male fuere affecti, ut nec B ijs qui tutissime eam administrare potuissent, se permitterẽt. Esto igitur anni tempus ęstatis initiũ: quo uidelicet ante hyemẽ in toto interposito tempore non spernẽda consuetudo pariatur. Esto pręterea dies quo auspicabimur, q̃ maxime tranquillus: & quoad id tempus feret, calidissimus. Cuius etiam calidissimam deligendã esse partem nemo dubitet: sicuti etiam gymnasterium, quod mediocri maxime sit temperamẽto. Et externa quidem præparatio talis est. Corpus ipsum quod uti frigida debebit, ad hunc modum præparabitur. Esto illi ætas quarti maxime septennij mediũ, nulla nec ipso die, nec quæ eam præcessit nocte, noua re alterato, sed pristinam salubritatem ad unguem seruanti. Esto uero qui frigida utetur, iuuenis, & animo C tum præsente, tum planè hilaro, siquando aliàs, etiam tunc præcipue: ac primum quidem fricetur linteis uberius. Sunto autem frictiones magis nunc quàm ante uehemẽtes, atq; etiam linteis durioribus administratæ. Quòd si manicas consutas manibus progymnasta circundabit, atq; ita fricabit quo fiat opus æquabilius: non minime ad rem pertinebit. Deinde oleo, prout assueuit, fricetur. inde exercitetur, exercitatiõibus multitudine quidem paribus, sed citatioribus q̃ ante. Ab his in frigidam descendat, non tamen contanter, sed celeriter, uel etiam semel totus insiliat, huc utrobiq; spectãs, ut uno maxime tempore omnibus corporis partibus aqua circunfundatur: quippe cum si sensim his accedet, horrorem cõcitaturus sit. Esto uero & aqua ipsa nec tepida, nec planè cruda & gla- D cialis, altera nanq; repercussum caloris [non] efficit, altera ferit insuetos, ac refrigerat. Siquidẽ procedente tempore tali quoq; aqua utatur iuuenis, si necessitas exigat. uerum primo saltem die omnino cauenda est admodum frigida. Exeunti uero ab aqua, fricari oleo, idq; à pluribus, expedit, quo ad cutis ipsa incaleat. Post hæc cibum plus q̃ consuetum, potionẽ intra consuetudinem capiat. quę ipsemet uel iniussus faciet, rite mòdo omnia sint peracta. Nam à frigida lauatione & plus appetũt, & melius cõcoquunt, ac minus sitiunt, ueniuntq; ad exercitatiões postridie planè meliore habitu, corporis quidem mole pari ei quæ ante, cæterum compacta, & musculosiore, ac uegetiore: cute uero duriore ac densiore. In hoc ergo secundo præ-

terea die similiter omnia sunt peragẽda, etiam ter- A tio, & quarto. Postea uero procedẽte tempore ad eundem modum frigidam iterum ingredi iubebimus, uidelicet post eam quæ priori ingressui successit frictionem, ut prius est comprehensum. Verum tertiam eam ingredi, quod nõnullis placuit: non laudo. Nam & iterum id fecisse: abunde satis mihi esse uidetur: præsertim cum pro arbitrio nostro immorari hominẽ iubere liceat. Ipsum uero immorãdi tempus, hic quoq; à quotidiana ipsius experientia est coniectandum. Nam si egressus frigidã coloratior ex frictione cito redditur, mediocriter moratum indicat: sin & tardius ei calor redeat, & decolor diutius maneat, plus æquo moratũ docet. Si ergo cutis notis intentus sis, facile intelliges an par tempus postea in frigida sit habendus, B an potius ad maius minúsue aliquid sit mutandũ.

VII Et de frigida lauatione quod ad optimam naturã spectet, abunde dictum arbitror. Superest quemadmodum peccata, siqua inciderint, cõmodissime corrigas, differere. Vt eñ ꝗ maxime statum corporis irreprehensibilem sortitus quispiã sit, ac ab omnibus quæ in uita contingũt negocijs, liber sit, & sibi uni uiuens: fieri tamẽ nequit ut nõ aliquando uel ipse, uel is qui ei pręficitur, aberret. Primum igitur non absimile est in id maxime & frequentissime peccatum incidere iuuenem exercitationibus deditum, quæ lassitudo appellatur: de qua multis iam non solum medicis aut gymnastis, sed etiã philosophis est proditũ, ueluti Theophrasto, qui integrũ de ea uolumen scripsit. Ego C uero hic quoq; longitudini parcens: quę nonnullis parum recte sunt tradita, ea transire statui: quæ uero maxime sunt necessaria ijs qui sanitatem tuendam profitentur, hæc unà cum accommodatis demonstrationibus explicare, ac primum de notione eius agere. Quippe recte se habet, ab hac orsos, sic ad essentiam eius explicandam accedere. Ergo lassitudinis notionem intelligentiamq; sunt qui accipiãt dum usti extentiq; sibi esse uidentur, idq; aut omnibus corporis partibus, aut ijs tãtum quibus laborarint. quidam dum tristi molestoq; sensu inter mouendum afficiuntur: (hunc alij indicibilem dixere, alij ulcerosum appellauere) nonnulli cum membra ceu contusa & phlegmone obsessa sentiunt. Non desunt & qui simplices hos affectus inter se miscent, & qui tentionis est, & qui ulcerosus, & qui phlegmones speciem præfert. Alij duos ex his miscẽt, aut eum qui ulceris emphasin exhibet, ei qui tensioni assimilatur: aut eum qui phlegmones sensum affert, seorsum cum utroque: ita ut sint in uniuersum sententiæ de lassitudinis notione septem. Quæ sane omnes ut ueræ ex parte sunt, ita in totum simplici absolutoq; sermone non sunt. Nam siue ulceris sensus cum mouentur se exhibet, siue phlegmones, siue incendi tendiq; uidentur, siue duo quilibet horum, siue etiam omnes coeant: κόπος græce dicitur, id est lassitudo, eorum affectuũ unusquisq;. Quo fit ut septem eius in uniuersum differentiæ sint, simplices tres, compositæ quatuor. Corporis uero quod his sit affectum, remedia, quædam propria cuiusque lassitudinis sunt, quædam omnibus communia. De his mox dicetur, si prius de affectu quodam qui lassitudinibus affinis est, dixero, quem decepti nonnulli praue lassitudinem nominant. is qualis sit, & quas notas habeat, illustrius apparebit si cuiusque lassitudinis essentiã prius disquisiuerimus. Hactenus enim ipsa symptomata dicta sunt. Illa enim, quòd incendi tendiq; corpus uideatur, & quòd mouenti se uel ulceris uel phlegmones sensus oboriatur, affectiones non sunt, sed symptomata. Affectiones uero corporum quibus hæc superuenire solẽt, tres simplices sunt, quatuor compositæ. Et ulcerosus quidem affectus oritur ab excrementorũ copia tenuium simul & acrium. Quæ nimirum inter exercitandum proueniunt duplici ex causa, aut eo excremento quod crassius erat, fuso & attenuato, non tamen toto expulso: aut adipe, molliue carne liquata. Necesse enim est abs tali humore, ceu tenui atq; acri, pungi & quasi uulnerari tum cutem, tum ipsam carnem sic, ut etiam horror interim oboriatur: imò etiam quadam tenus concussio commotioq; totius corporis inæqualis, quod græci ῥῖγος uocant: si modo admodum tum copiosus humor is, tum acer sit. Ac talis quidem est ulcerosa lassitudo. Vbi autem tendi solum membra uidentur, ulceris uero sensus non est: in hac certe lassitudine nullum excrementum de quo ratio ulla sit habenda, in corpore continetur, sed residet in musculis, & neruis ex nimia tensione quam exercitando admiserunt, affectus quidam effectricis causæ potestatem testificans. Accidit namq; in uehementi tensione omnes musculorum fibras tendi, non tamen similiter omnes lassari, sed eas maxime quæ per longitudinem tensionis porriguntur. Quippe quæ obliquiores quodã modo iacent, minus in directum aguntur. quare his nullum instat periculum. In ijs uero quę immoderatius sunt extentæ, ita ut parum à rumpendo absint, relinquitur affectio quædã similis ei quæ inter agendum fiebat. quippe tendi adhuc uidentur: cum tamen nulla iam tensione urgeãtur. Tertia uero lassitudinum differentia, qua nimirum ceu contusas aut phlegmone obsessas partes sentimus, tum maxime solet incidere, cum musculi nimium excalfacti attraxere quippiam ex circumfusis sibi excrementis. Quòd si etiã tum tendonibus tũ neruis idem affectus incidit: ὀσόκοπον græce quasi ossium lassitudinem eum affectum nominant: ob penitiorem scilicet sensum, partibus quę in alto maxime corpore sunt positæ, nomen tribuentes. quippe summum locum cutis occupat. secundum ab ea musculi habent, utique circum ossa positi. at tendones ipsis ossibus adhærent. Quo magis rationabile est, cum hi quicquam prædictorum patiuntur, uideri in imo ac circa ipsa ossa affectionem hærere. Atque hæ quidem solę tres simplices lassitudinum differentiæ sunt: compositæ uero ex his, ut iam dictum est, quatuor sunt: de quibus mox agendum, si tamen prius simplices uniuersas absoluero. Est namque

affectio

affectio alia quoq;, quæ ceu lassitudo sit, nõnullis A imponit. hæc incidit cum supra iustum musculi siccantur, sic ut squalens contractumq; corpus appareat, atq; ad motus quodãmodo pigrũ: nõ tamen ei quicq; eorum quæ modo diximus, inest: neq; is qui ueluti ulceris aut tensionis est, multoq; minus qui ueluti phlegmones est sensus. Quippe diuersissimus aspectus eiusmodi affectionis est, & eius quam ultimo loco retulimus. Hæc nanq; [squalẽs & contractius corpus] efficit. At quæ phlegmones sensum præfert, mole etiã pro natura amplio re. Quare quatuor in uniuersum simplices affectiones sunt: quarum singulis sua sunt remedia.

VIII. Ordiendum uero ab ea quæ ulceris sensum inuehit: quam etiã ab excrementorũ acrimonia ortam diximus. hæc maxime in ea incidit corpora quæ & mali succi sunt, & excrementis abundant. B Succedit uero recentibus cruditatibus cum aut exercitãtur immoderatius, aut in sole sunt morati. Cæterũ nihil obstat quin in corpore boni succi citra cruditatem proueniat, utiq; ob exercitationis nimiũ excessum. Sanè excitare eam solent celeres ac multi motus. In hac uero lassitudine etiã densa esse horrereq; cutis uidetur. Fatenturq; qui ea sunt affecti, inter mouendũ dolere sibi ulceris ritu alij cutim tantum, alij subiectam etiã carnem. Remedium huius ex ijs quæ affectioni sunt contraria, cõparantur. Quippe si quæ redundant, euapores: malũ cessabit. Sanè euaporabuntur frictione multa molliq; cũ oleo à quo omnis adstringendi uis abest. quod genus maxime sabinum est. Ad C uersissimum uero huic affectioni est quod ex Hispania portatur, & ex Iberia. uocãt aũt hispanum. tum quod omphacinũ uocant, uel ὠμοτριβὲς, id est crudum. Et, ut semel dicam, quod austerum est, omne id alienũ est. Adeo gustu ipso uim eorum discernere licet, etiam si de ipsis ante periculũ non feceris. Sic nanq; & nos quondam in Macedonia degustato oleo quod fit circa Aulonem, qui est super Strimonem, deprehendimus eandem cum Hispano uim habere. Quin & reliquorum omnium olei generum ita deprehendas uires, etiam quæcunq; per abusionem nominant, ex sale, ex radicibus, ex herbis, ex germinibus, ex folijs uel fructibus, propterea uidelicet q; hæc habẽt. Dictum uero abunde de his omnibus est in operibus ijs quæ D de medicamentis inscripsimus: nihilo tamen minus etiam in proposito opere dicetur suo loco. Illud tantum in præsentia dixisse satis sit, quod planè dulcissimum oleum est, id esse ad propositam affectionem maxime accõmodatum. Hoc igitur copioso cum multa frictione utendũ: primo quidem die quò suspectam fore lassitudinem omnino declines: secũdo uero ut si qua incidit, discutiatur. Discutit porrò eam exercitatio quæ apotherapia dicitur: in qua scilicet motus adhibeas quantitate mediocres, qualitate tardiores, idq; cum frequenti interposita his quiete: qua utiq; fricare hominem oportet pluribus cõtrectantibus, quò nec refrigescat pars ulla, & ocyssime excremẽta digerantur. Porrò frictionum plus adhibebitur in ijs qui in cute & subcute excrementorum collectam uim habent: motuum uero, quos ipsemet edat in altera lassitudine: scilicet in qua plus est in ipsis musculis congestum. Quæ enim in his coacta excrementa sunt, sola frictio educere non potest. his enim opus est nõ solum ab aliquo foris attrahi, uerum etiam ab altero quopiam intrinsecus impelli. Impellit ea partim calor ipse qui per motũ accenditur, partim spiritus qui unà emittitur, partim ipsa musculorum tensio: super hæc uero ipsa singularum partium excretoria alieni uis.

IX. Altera uero lassitudo in qua tensio sentitur, illud pro remedio postulat quod Hippocrati græce χάλασις, id est relaxatio dicitur. Ea namq; tensioni contraria est, ad eum modum quo duritati mollities. Ait enim ita: Cutis duræ mollitio, distentæ remissio. Ceu duro molle, distento remissum laxumq; cõtrarium sit. Sanè remittitur quod distentum est, in alijs quidem affectibus quos in quinto De simplicium medicamentorum uiribus diximus, alia ratione. Quod uero per exercitationem incidit, tum pauca molliq; frictione, eaq; ex oleo dulci, atq; egelido, tum intermissione omnino, aut etiam quiete, præterea lauatiõe medij temperamẽti, atq; in calida pluscula mora. adeo si bis ter ue lauabis, plus proderis. Hi uero & post balneum ungi desiderant prius q̃ uestiantur. Quòd si propter sudorem forte aliquem pingue deterse rint, rursus ungi desiderant. Quinetiam postero die cum è cubili surgunt, ungi his expedit: nunq; tamen oleo ultime frigido, nec dura frictione. Incidit certe huiusmodi lassitudo ijs quibus salubris succus est, post robustas potius quàm celeres exercitationes: redditq; lassatos ipsos pigros admodum, ægreq; flexibiles. Non tamen hi densi horrentesq; apparent, quemadmodũ quos paulo ante comprehendimus, cęterũ contracti aridiq; non minus ipsis apparent: tactu uero calidiores uidentur nõ solum ijs quos ulcerosa lassitudo urget, sed etiam quàm ipsimet cum sani essent.

X. Tertia lassitudo ex uehementissimis nascitur motibus: solaq; supra naturalem habitum musculos attollit, sic ut phlegmonæ persimilis affectio sit. Itaq; & leui tactu offenduntur, & calidiores apparent. Dolent uero etiam si ipsi per se moueri conentur. Incidit hæc lassitudo ijs plurimum qui assueti exercitationibus non sunt, (nam exercitari assuetis raro incidit) utiq; ex uehementissimis plurimisq; motibus. Sanationis uero eius consilium ad tria dirigitur, eadẽ ferè ad quæ omnium phlegmone obsessorum, nempe superuacanei uacuationem, extenti requiem, & inflammationis refrigerationem. Ergo & oleum copiosum ac tepidum cum frictione mollissima, & longissima in medij temperamenti aquis mora, huiusmodi lassitudines emendat. Quòd si paulo tepidior aqua sit plus proderit. Ad eundem modum multa quies, & unctio assidua, deniq; omnia quæ id quod lassatum est, quiete lenimentoq; recreent, ac quod superuacuum est, per habitum digerant. Sed putet fortasse quispiã lassitudinem hanc nec simplicem esse

esse, nec à duabus iam traditis tertiam, sed ex his compositam, nec aliunde constantẽ quàm ex neruosarum partium tensione, & ulceris sensu. calorem nanq; in huiusmodi lassitudinibus similẽ quoque naturaliter inesse, ueluti in memoratarũ utraque: nec uero completiuã notionis substantiæ' ue esse. Verum illud huic uni egregie præter cæteras inest, nempe maior quàm pro naturali habitu tumor, tum quòd nec doloris sensus similis in hac & tensionis lassitudine habetur. Quippe in illa tendi, in hac cõtusos esse usq; ad ossa neruos putãt qui ipsa laborãt. Quare in his proprium à reliquis duabus discrimen habet, nec est composita tantum. Tres igitur siue corporis status, siue affectus, siue quid aliud dixisse uelis, hi sunt. Est alia quędã super has quarta, similis quidem lassitudini, non tamen lassitudo, quòd neq; ulceris, neq; tensionis, neq; phlegmones affectum præ se ferat, sed nec horrorem ullum doloréme ue, nec pigritiam ad motus quemadmodum lassitudines infert, sed gracilitatẽ tantum ariditatemq; facit. Incidit quidem hæc in corporibus boni succi, & exercitationi assuetis, ubi immodice exercitata, parũ rite apotherapia sunt usa. Quippe ita & digeruntur excrementa, & quæ tensa fuerant corpora, laxantur: nec aliud in corpore relinquitur præter siccitatem quam ex immodico motu contraxerunt. Postulat aũt primo die nihil sanè diuersum ab ijs quæ prius dicta sunt, præter calidiorem aquam, quæ sensim contrahat & calfaciat & roboret cutem: secundo die apotherapiæ exercitationẽ, quæ tum in motu tum frictione & pauca & mollis & tarda sit. præterea solium similiter calidum. Verum protinus in frigidã exiliant: quò uidelicet ipsis robur in cute unà cũ calore constet. Nam & minus in sequẽti tempore per halitum amittunt, & facile in carnem cutemq; nutrimentũ resumunt. quo maius his cõmodum nullum profecto inuenias: ut qui nullum notabilem affectum præter carnis gracilitatem ariditatemq; habeant. Quippe postulat (arbitror) tale saltem corpus nutriri simul ac madefieri. quorum utrunq; ex humido nutrimento optime assequetur.

XI Quoniã uero facta semel mentio de uictu post balneum est, nõ alienum fuerit & de eis quæ ad lassitudines pertinent, præcipere. Vlcerosa igitur lassitudo post legitimã apotherapian consuetum nutrimentũ desiderat, aut etiam parcius, præterea humidius. Quòd si in ipsa apotherapia in quartũ migrauerit affectum, (assolet enim ita plerunq; fieri) pro ipsius ratione tum lauetur, tum nutriatur. At quæ tensionẽ lassitudo præfert, ea etiã magis quàm ulcerosa parce nutriri postulat. Quæ uero phlegmones sensum affert, ea supra reliquas omnes tum humidissimum, tum minimum, tum uero quod refrigerans quippiã habeat, requirit. Boni succi tamen nutrimentũ omnes qui lassitudine grauantur, iuxta postulant. quali nimirum propositus nobis iuuenis integer utebatur. Cauendus tamẽ in ulcerosa, & ea quæ phlegmones sensum exhibet, glutinosus cibus est, ceu qui excrementorũ digestionem moretur. At in tensionis lassitudine

A etiam exhibendum eiusmodi nutrimentũ est, sed minuto eius modo. Quo minus mirum est si multiplex pugna nõ plebeijs modo inter se, sed etiam doctis & inter se & cum plebeijs oritur, dum neq; de exercitationib. neq; frictionibus, neq; balneis, neq; uictu lassatorum, consentiunt. Quippe alios affirmare audias lassitudinẽ lassitudine esse abolendam. alios laborem quiete sanari. alios parcius nutriendos qui lassitudine premuntur. alios contra non modo de cõsueto nutrimento non demendum quicquam, sed etiam tanto plus adijciendũ, quanto plus se fatigauerint. (ad portionẽ enim laborum, nutrimentũ exhibendũ) alios rursus nec adijciendum quicq; nutrimenti modo, nec etiam demendum. Ad eundem modum balneo quoq;

B utuntur, alij ex aquis medij temperamenti, alij calidioribus, alij tepidioribus. Nam & experientia ad id tantum probandum quod usu sæpe usurpauit, quemlibet impellit: & præterea ratio, utpote quam quisq; absolutã se habere putauit: ut supra dictum est. Verũ cum unum tantũ lassitudinis sensum traderet, reliquis ceu non sint, præteritis: eius tantũmodo quam nouit, remediũ docuit. Ergo uerum est & quòd lassitudine lassitudo soluitur, cum uidelicet hesternis exercitationibus pares postridie adhibendas uidetur expediens: & lassitudinis medelam esse quietem. quippe id cõsilij partim in ijs quæ ex congestis excrementis lassitudines consistunt, ac præcipue ubi in musculis excrementa hæserunt: partim in ijs quæ tensionis & phlegmones

C emphasim præbent, utile uidetur. Iam illud quoq; uerũ est, qui lassitudine grauãtur, eos parcius esse nutriendos. Id enim cõducere uidetur ei qui phlegmones sensum præfert. Verũ præterea est, & ex consuetudine esse nutriendũ. Id nanq; in ulcerosa lassitudine ubi recte apotherapia sunt usi, fieri obseruatum est: sicut etiam uberius cibandum in eo affectu quem similem lassitudinibus diximus. in quem ex ulcerosa quoq; nõnulli transeunt. Simili ratione & medij temperamenti aquis esse lauandum in ijs quę ex redundãtia superuacuorum natæ sunt, uerum fateor. Sed nec illud uerũ negem, eiusmodi aquis nõ esse utendũ, nec in ea quæ phlegmones sensum præfert, cum tepidiores hæc desideret: nec in ijs qui similẽ lassitudini affectum sen-

D tiunt. hi nanq; calidiores uolunt. Sunt & qui eum affectum lassitudinẽ esse putent. Alij, quinam affectus sit, non dixerunt. In quibuscunq; uero suspicio futuræ lassitudinis subest, suadent calidiore aqua in balneo uti: causamq; assignant, sicut ipsi supra retulimus, alij distributioni in corpus, alij nutritioni, id genus balnei conducere dicentes. Non tamen rationem ullam afferunt cuius gratia eiusmodi distributione & nutrimento prohiberi lassitudo possit. Sed nec omnino qualis sit ipse lassitudinis affectus, scribũt. Nam maior eorũ pars nihil dixit. Qui uero dicere ausi sunt, siccitatẽ esse definiuerunt. Ac quòd nutrimentũ siccitati medetur, præsertimq; humectans, quam tamen conditionẽ maior eorum pars non adiecit: est sanè uerissimũ. Cæterum nec remedium id nec cautio lassitudinum

est. Sed cum (uti dictum est) membra sicciora sunt A facta, nulla tamen nec tensio subest, nec tenue acreq; excrementum, nec phlegmonæ similis affectus: reficere nutrimēto humectante expedit quę exhausto humore sunt siccata: quando nisi abunde nutrias, & gracilius & aridius q̃ fuerat, postero die corpus cernes. Atq; hunc affectum nonnulli lassitudinē rati, eum existimant calidiore balneo, & pleniore cibo, ne incidat prohiberi.

XII Illud tamen quorundā, sicuti etiam Theonis, demiror, si iam factam lassitudinem similiter sanari nō putant. Nam siue quem modo memorauimus affectum, uelit quis esse lassitudinē: nutrimēto illum & soluere debet, & ne fiat prohibere. Siue reliquorum quemuis eorum qui uerę lassitudines sunt, utiq; parcius in omnibus hominem nu B trire, & cum adhuc instant, & cū iam occuparunt. Illud enim dici non potest, talem saltem affectum qui lassitudinibus affinis est, nisi primo die per nutrimentum plenius corrigatur, in trium aliquā migrare solere. Nam si ipsa solum siccitas in eo uisitur, præter gracilitatem nihil sequetur amplius. Si uero caloris quoq; quippiā simul adsit, iam febricitare metus est. Verum non idem sunt lassitudo & febris: tametsi maxime eorū qui lassitudinem senserunt, nōnullos febris male habuit. Sanè Theonē mirari subit hæc in quarto de particularibus exercitijs, ubi de absoluto exercitio agit, scribentem: Cum lassitudo aliqua eos qui ita exercitati sunt, postero deinceps die ferè sequat: ζεστολουσία, id est feruentis aquæ lauatio, minus lassitudini ob C noxios reddit, summa corporis accendens. Deinde sic grece subijcit: ἵνα αὐτὴ σικυίας τρόπον τὴν λαμβανομένην τροφὴν ἐπισπωμένη τοῖς κεκμηκόσιν ἀντιδιέλκυσῃ νεύροις. Is eñ præter alia ueluti ænigma quoddam uerbū ἀντιδιέλκυσῃ in contextu apposuit. possis enim ita intelligere, quasi summa corporis cucurbitæ more nutrimentum trahentia, partem aliquam eius neruis quoq; dispensent. possis & contra, quasi summa corporis cucurbitæ modo id q̃d ad neruos ferebatur alimentū ad se trahentia diuidant. Ita nimirū, ut priore intellectu ad eutrophian, id est nutritionem refectionemq; neruorū conducat excalfacta cutis: (quippe hoc arbitror eum per ἐπιφάνειαν, id est summa corporis, significare) posteriore uero ad ὀλιγοτροφίαν, id est parciorem D nutritionem. Quantum itaq; ex ipsis uerbis licet accipere, mentem Theonis non comperias. Ex ijs uero quæ tum alibi tum in sextodecimo Gymnasticon scribit: minus nutrimenti post absolutum illud exercitium dari censet. quanq; ne id quidem qua ratione inductus suadeat, usquam docuit. Datur enim minus q̃ ex consuetudine nutrimentū, aut propterea ꝙ pari opus non est, aut ꝙ cōcoqui id nō possit. Ac prius quidē in ijs qui plurimū se exercitarūt, uerū nō est: posterius alibi uerū, alibi certe falsum est. Sicui eñ imbecillior cōcoquendi uis est, uerum. Sin secus, falsum. Inaudienda uero cōcoquendi facultas est non ea modo quæ in uentriculo aut uenis aut iocinore agitur, sed etiā quæ in singulis particulis; ueluti in ijs de quibus sermo habetur, musculis: in quibus utiq; uel maxime affectus is de quo disputo, continetur. Quippe largius inter exercitandū exhausti, graciliores & sicciores redduntur, Ergo si hæc leuiter his contingant, utiq; cōficere cuius indigent nutrimentū poterunt. Quorum Theon nullum omnino neq; intellexit, neq; distinxit. Omnino enim non ratione aliqua, sed experiētia (sicut ipse fatetur) post absolutum illud exercitium calidiorem aquam utilem esse obseruauit. Sic enim deinceps scribit: Illud uero siquidem rationem habet in promptu, fortunæ id beneficio ferendum acceptum est. Sin minus, quod effecta testantur, id non admittendum: nisi quis certam rationem simul se subijcientē habeat. Ergo si planè explorato affectu in quo calidam laudat, causam fateretur ignorare, merito dignus uenia esset. uerum cum citra exceptionem, utilem esse absoluto exercitio ζεστολουσίαν pronunciat, (ita enim hāc appellat) possunt aūt alij quoq; complures affectus id genus exercitationis excipere: accusandus merito est, ꝙ deinceps singulos non discreuerit. Ipse nanq; nouit etiam quæ phlegmones sensum exhibet lassitudinem, huic exercitationi superuenire: sub qua nimirū in maiorem quàm pro natura molem attolluntur fatigatæ partes. Etiam alteram, quam unam scribit, utiq; generali symptomati attentus, quod moli non naturali est contrariū. Quippe graciliores in reliquis duabus lassitudinibus redduntur, atq; etiā in eo affectu de quo agitur. Cęterum non quemadmodum trium affectuū unum symptoma cōmune est, ita & affectus unus est. Ac in eo quidem qui ex neruosarum partium tensione cōsistit, calidiore q̃ ex consuetudine lauari non oportet. Simili ratione nec in ijs quos excrementa excitarunt. In gracilitate uero quæ citra hæc cōsistit, expedit calidiore aqua q̃ quę mediocriter se habeat, lauari. Cōtrahitur nanq; hic affectus exhausto uehementius inter exercitandum corpore, eo modo quo in diutina fame accidere solet. Itaq; etiam sic affectorum refectio, in appositione, & quod detractum est reponendo, consistit. Id quod certe accidere cute rara manente nequit. Cogere ergo hanc densareq; ac adstringere prius oportebit, si qua plenioris nutrimenti expectanda est utilitas. Sanè cogit clauditq; tum frigida tum feruens aqua. Verum à frigida lædi hominē metus est: utpote qui iam ex multa exercitatione & rarior est redditus, & uacuus. Ex feruenti ut noxa certe nulla, ita secura in cute densitas paritur: ipso qui in ea derelinquitur calore, nōnihil etiam conferente. Vnde nec immorari in frigida nimium debet qui ita est lauatus, sed, ueluti id saltē rectè à Theone obseruatū est, cauere in frigida moram, ut quæ feruētis lauationis commoda frustretur. Sanè ita errare Theonē, ut quod uni affectioni cōueniebat, omnibus quadrare pręciperet: in causa erat corporū quæ exercitabat habitus. Siquidē athletas exercuit, qui ex absoluto illo exercitio ad quartum erāt affectum oportuni, in tertium raro incidebant. Itaq; quod sæpe obseruauerat, ceu perpetuum prodidit. Quòd si aut ui-

tiosi

A tiosi succi homines, aut mali habitus, aut laborum insuetos, aut imbecillos, aut minime iuuenes exercuisset: in eiusmodi quidem raro, in reliquos uero affectus sępissime incidere uidisset. An & hoc quoque dicere fortasse est superuacuũ: cum ipse quoque fateatur post præparatoriũ exercitium feruenti esse balneo utendum? Id uero exercitationis genus solis athletis in usu est. Atqui dicat aliquis illos sponte, & quodam circuitu, alios uero multos uel necessitate, uel uincẽdi studio, uel propter alia id genus, eiusmodi exercitationem suscipere. Verum his saltem post immodicos labores necesse est uel unum uel plures lassitudinum affectus prius contrahant. Itaque ijs duntaxat corporibus quæ bona habitudine sunt, quartus affectus incidit: cuiusmodi B sunt tum athletarum qui bene sunt curati, tum propositi nũc in disputatione iuuenis. Et quisquis absolute pronunciabit, post uehementissimas exercitationes calidioris solij usum esse idoneum: is ut in uno certe statu uerũ affirmabit, ita in tribus planè falletur. Sunt uero per uniuersam tuendę ualetudinis artẽ & alia nõ pauca quæ tũ medici tum gymnastæ falso prodiderunt: quorũ unũ omnium caput est cõfusa indiscreta obseruatio: dum quod in unico quisque notauit affectu, id multis tribuit.

XIII Quinetiam affectio quædam est prędictis proxima, quam ipse græce στέγνωσιν appello: de qua cum de lassitudinibus disputationẽ absoluero, mox dicam. Simplices enim earum differentiæ tres sunt: de quibus iam egimus. post has ex bi- C nis copulatis aliæ fiũt tres. Ab ijs uero septima est, ubi tres in unum coeunt. Et cognitio quidem ipsarum est, ex eo quod simul copulantur ipsæ notæ. Remedij uero cõmune in omnibus cõsiliũ est, ut ei quod superat, sis intentus: nec tamen quod reliquum est, planè contemnas. Propriũ uero ab ipsis membratim affectibus accipiendum est. Ac uniuersas quidẽ coniugationes percurrere, longũ sit: sed quod ad claritatẽ sit satis, unico exemplo res peragetur. Si igitur & intumuisse musculi cernuntur, & contusi putãtur, pręterea uel ulceris sensus, uel tensionis lassitudo unà cum excrementosa hominem male habet: apotherapia utendum, quæ utrunque respiciat, magis tamen id quod est maius. Nõ est aũt in omnibus rebus unius rationis ipsius maioris natura, sed alibi pro uiribus et quasi digni- D tate rei, alibi pro ipsius propria essentia spectãda. Ac dignitate quidẽ & uiribus maior lassitudo est quæ phlegmones sensum præfert, quam excrementosa: utraque tamen ipsarum sic propriæ ratione essentię magna paruaque esse potest, ut si sola seorsum cõsisteret. Si igit utraque pari interuallo à naturali habitu recessit: quæ phlegmones similis est, præcipuam curationis solicitudinem ad se cõuerteret, utpote dignitate pollens. Sin exiguè quæ phlegmonen, plurimũ uero quæ ulceris sensum repræsentat, à naturali habitu recessit: æstimandũ num tantum superet magnitudine ulcerosa, quantum quę phlegmonę similis est uirib. an minus, an magis. atque ita quod pollet, explora. Quòd si æqualiter pollẽtes uideris, pari studio est utrique cõsulendũ. atque hęc ratio perpetua sit omniũ cõiugatorũ affectuũ.

XIIII Sicuti uero lassitudines ipsæ numero tres, si inuicem cõiungas, quatuor coniugationes efficiunt: ita sanè si quartũ his affectum adiungas, multo plures existent. Quod dicimus, ex descriptione licet clarius intelligas. In ea primũ locum ulcerosus habeto. Secũdum, in quo tensio est molesta. Tertiũ, qui phlegmonæ similis. Quartũ gracilitatis, id est in quo corpus emacuit. Ex his igitur aut primus cum secundo cõiungetur, aut cum tertio, aut cum quarto: aut rursus secundus cum tertio, uel quarto: aut denique tertius cum quarto: ita nimirum, ut ex binis coniunctis affectibus sex in uniuersum complexiones oriantur. Rursus cum tres unà miscueris, quatuor alię fiunt. Nam aut primum iunxeris cum secundo & tertio, aut cum secundo & quarto, aut cum tertio & quarto: aut rursus secundum cum tertio & quarto. Postrema omnium complexionum erit ubi quatuor simul coierint: ita ut undecim numero in totũ fiant. Erant uero & simplices quatuor. Efficiuntur itaque in uniuersum quindecim. Simplices affectus: Vlcerosus, A. Tensiõis, B. In quo phlegmones sensus est, C. Gracilitatis, D. Compositi, AB. AC. AD. BC. BD. CD. ABC. ABD. ACD. BCD. ABCD. Quòd si præterea occlusæ cutis, (στέγνωσιν græce uoco,) differentias tum inter se, tum uero cum his quindecim cõplicueris, alias rursus cõplexiones effeceris plurimas. Si uero eos quoque corporis status qui aut à cruditate, aut uenere, aut solis deustione, aut uigilia, aut dolore incidunt, adiunxeris: ne numero quidem uniuersas facile cõplectare. Prætereo nunc quę uel πληθώρας, id est succorum æquabiliter se habentiũ redundantiam, uel κακοχυμίας, id est uitiosi succi copiam, uel astricti uel lubrici uẽtris, uel uomitus, uel grauati capitis, uel partis cuiusquam alterius, uel in summa quicunque in symptomate aliquo affectus cõsistunt. dicetur enim post de eiusmodi omnibus. Nunc uero idcirco eorum maxime memini, ut complexionũ multitudinem quanta esset indicarem. Mirari enim licet eos qui de syndrome, id est concursu horum, uel curationem, uel euentorum prędictionem obseruasse se prædicant. Vnica namque ratione & præsagire et cõmode mederi fas est: utique sicut Hippocrates docuit ubi simplicis cuiusque negocij sciendam uim esse censebat: ueluti ipse nũc in quatuor effectibus præmonstraui. Vnusquisque enim si per se cõsistat, simplex remedium exiget: sin alteri sit cõiunctus, pro ea methodo quam paulo supra de omnibus coniunctis affectibus præscripsimus,

XV Ergo cum hæc ita se habeat, redeundum rursus ad simplices affectus est: quorum à iam dictis proximi erant quos stegnosis excitabat. (uoco ita meatuum cutis uitium quo transmittere superuacua prohibetur.) Incidit is affectus aut obstructis meatibus, aut densatis. Sanè densationem eiusmodi μύσιν Graeci, id est cõniuentiam appellant. Ac obstructio quidem ex lentis crassisque excrementis oritur cum confertim ad cutim ruunt: densitas tum ab ijs quæ adstringunt, tum quæ refrigerant

frigerant. Verum obstrui propositi nobis corporis cutis, si ad præscriptam ratione rite agatur, non potest: densari certe aliquando potest, tum ex ualido frigore, tum aluminoso balneo. Fieri autem potest ut & post balneum sudorémue, atq; aliam aliquam ob causam rarefacta prius cute, auræ flatus incidens obstructionem quampiam densationemq; efficiat. Ac deprehenditur quidem dictus affectus protinus ubi se exuerint, ex colore albo, & cutis tum duritie, tum densitate. In ipsa uero exercitatione, ex eo quòd ægre incalescant: quando nec ut prius æque sudant, nec bonum colorem in summa cute ostendunt: imò siquis eos ualentiore exercitatione iniuncta sudoris quippiam emittere cogat, & minor hic q̃ ex cõsuetudine, & frigidior exit, minusq; halitui similis. Remediũ huius affectus calefactio est. quippe ea frigiditati cõtraria est. Valentiore ergo exercitatione, ac balneo calidiore utendum. Magis quoq; ad rem pertinebit, si in prima domo pinguiter in oleo uolutetur. Esto uero oleũ ex eo genere quod relaxet, cuiusmodi est in Italia Sabinum. quod utiq; ad eiusmodi affectus etiam est utilius si bimũ trimúmue sit. Id nanq; tum tenuius, tum calidius fuerit. Mora uero in frigido solio diuturna ne sit: sed nec aqua ipsa frigida. Induendi uero ungantur aliquo quod mediocriter calfaciat: oleis quidem, ex ijs quæ in Aegypto habent, cicino, & raphanino: in reliquo uero orbe, dulci, tenui, ac modice antiquo: unguẽtis uero, susino, gleucino, irino, amaracino, & comageno. Atq; ex his gleucinũ quidẽ prorsus acopum est, ac relaxans: itaq; etiam ijs quos uehemẽs lassitudo infestat, est utile. paulo hoc calidius, magisq; relaxans susinũ est. Irinum uero, & amaricinum, & comagenum, etiã susino calfacere potentiora, ijs affectibus qui proprie frigiditates dicuntur, sunt idonea. Cutis tamen densitati sanandæ etiam anethinum est satis: maxime si ex uiridi anetho fiat. Facit aũt & ad tales affectus, sicuti etiam ad uehementes lassitudines, & acopum quod ex abietis semine componitur. id quemadmodũ præparandũ sit, post dicetur. Nunc enim uel hæc mihi supra iustũ apposuisse uideor. siquidẽ qui in optimo est corporis statu, & liberã delegit uitã, nec in ea quicq; delinquit, & cui peritissimus tuendæ sanitatis artifex præficitur: in hũc uerisimile est morbosos affectus non admodum incidere.

XVI Redeamus itaq; ad pensum denuo: relictisq; solis ustione, refrigeratione, cruditate, uentris profluuio, reliquis id genus (satius enim est in unum ea uolumen conijcere, quod de morbosis symptomatis inscribemus) in præsenti de ijs quæ post uenerem adhibentur exercitijs disseramus: quippe cum de his parum conueniat: alijs ita exercitandum ab hac putantibus, ut in exercitatione quæ apotherapia dicitur: alijs ut in præparatoria. Esto uero præparatoria exercitatio, in quantitate quidem laborum intra modum, at in qualitate ipsa incitatior ac celerior. Ac qui apotherapeutica quidem utendum censent, ij sicuti in fatigatis, tum uires diminutas, tum corporis siccitatem suspectas habent. quorum utrunq; & à concubitu, & ab immodica exercitatione sentimus. Qui uero præparatoriam adhibendã uolunt, ij raritatem atq; ad sudores promptitudinem præcauent. quæ apotherapeutica intendi, ediuerso præparatoria emendari putãt. Ipse laudatis utrisq; propterea q̃ ueritatem ex parte uiderunt, sententias eorum in idem cõferam. Nam & instaurandas uires esse, & laxitatem cogendam, nec siccitatem adaugẽdam fatẽtur utriq;. Vna discretio desideratur in utrisq;, ueluti & in compositis omnibus affectibus supra à nobis est dictum, & nunc nihilominus dicetur. Cum enim in idem uarij affectus coierunt, hi si unam medendi rationem indicẽt, utiq; intendi magis rationem eam conueniet, q̃ si singuli seorsum cõsisterent. Si contrarij sint: is qui uincit affectus, prius est corrigendus: ita tamen, ne reliquum omnino negligas. Ac qui uel propter ętatẽ, uel etiam alia ratione imbecilles concubuere: in ijs uirium infirmitas necesse est superet. Qui uero firmiores & iuuenes, ueluti qui nunc est propositus: horum habitus corporis in raritatem magis q̃ uires in imbecillitatem mutatur. Itaq; etiã corriguntur hi nõ per ea quæ corpus rarefaciunt, qualis est exercitatio quæ apotherapia dicitur, sed per ea quę cogũt ac contrahunt, qualis est præparatoria: proindeq; hac utendum: quandoquidẽ ea non solum motus tum celeritate tum robore calorem excitat, sed etiam habitum cogit ac constringit. Illud quoq; fatentur gymnastæ omnes, ipsa profecto experientia edocti, hanc unam exercitationem mederi raritati posse. Itaq; nulla planè ad propositũ affectum utilior est. Si uero anni tempus nõ dissuadeat, nec à frigido balneo abstinendum esse censeo. Cibus in modo quidem dabitur minor, in qualitate uero humidior, ut tum probe concoquatur, tum siccitas quæ ex uenere cõtracta est, corrigatur. Debet uero nec frigido temperamento esse, sed uel medio, uel calidiore. Nam quoniã corpus à uenere et rarius, & frigidius, & imbecillius, et siccius est effectum: debent planè quæ densent, & calfaciant, & uires reparent adhiberi, atq; ad hæc studium omne impendi. Cęterũ quod efficere hęc uenus possit, id docere, ad præsentem disputationẽ non pertinet, in qua propositũ est, quemadmodũ optimũ corpus q̃ cõmodissime post ueneris usum exercetur, ostendere. Quod sanè commode fieri non potuit nisi prius tradito cuiusmodi affectus sit qui succedere in corpore à uenere solet. Verum nunc id cõcedi nobis postulamus. In sequentibus cum euidenti demonstratione dicetur, tum quæ ueneris facultas sit: tũ prorsus utendũ ea sit nec'ne: tum quænam ex ea cõmoda incõmodaq; pro corporũ statu, & temporis anni ratione, & loco, & alijs id genus, quę utiq; determinare pręterea oportebit, eueniunt. Post uenerẽ ergo species exercitationis ea esto, quã præparatoriã uocãt. Post uigilias aũt, uel tristitiã, uel ambas subsequutas, quæ apohterapia dicitur exercitatio idonea est, si tamẽ cruditas absit. nã siqua cruditas subest, omnino exercitandũ non est. Quòd aũt post tristitiã & uigilias iam dicta

dicta exercitatio ad rem pertineat, etiam usus ipse ostendit: cum ab alia qualibet non solum lædi cernuntur, sed etiam imperâtes, si forte dolor adhuc angit, parũ æquo animo ferre. Idem ratio ipsa confirmat, nõ minus q̃ usus. Nam quoniã à uigilijs & tristitia magis graciles, magisq; aridi, ac minus dicto audientes planè cernuntur: siccius existimandum est his redditum esse corpus. Eiusmodi uero affectus partim molli frictione cũ multo oleo, partim temperato balneo sanatur, partim agitatione, sed quæ & tarda sit, et citra ualentiorẽ tensionem, ac quæ subinde quietẽ interponat. Is uero apotherapeutici exercitij modus erat. Ad eundem modum eæ quæ ab ira uel potionis penuria siccitates fiunt, corrigendæ sunt.

XVII Contraria prorsus à iã dictis ratione humiditates emendare conueniet: siue hæ nimiæ potionis, siue alia quauis occasione inciderint. Quippe studium in his ad siccitatem dirigitur. Verum ea cõmunis omnium ratio est. membratim enim unicuiq; differẽtiæ sua est. Igitur si ex longiore desidia, & humectantis alimẽti immodico intempestiuoq; usu cõtracta humiditas est, longiore remedio est opus. sin ex liberiore potiõe quæ pridie sit hausta, citra ullum capitis aut oris uentris affectũ constiterit: eam uel unico die persanes licet, si sicca frictione largius, & exercitatiõe ueloci, & parciori potione, & licciore cibo utare. Quippe quæ immodicę ex uini potione humiditates cõsistunt: si ex ea re noxa capiti aut ori uentris cõmunicata est, de his agi hoc loco opus non est. dicetur enim de ipsis cũ de morbosis symptomatis tractabitur. Quæ uero humiditas ex diutina admodũ desidia nascitur, hæc in propositũ corporis statũ omnino non cadat: æque ut nec ea quę ex humectantis natura cibi copia gignitur, quales fructuum plurimi sunt, itemq; olerũ: quæ utiq; acria non sunt. siquando tamen acciderint, semel & cõfertim corrigi nõ possunt. Nam si eatenus se fatigabit homo, dũ habitũ abunde siccet, in lassitudinẽ incidet: ac febricitabit omnino diaria febri. q̃ si uitiosæ præterea humiditates fuerint, etiam febri quæ in plures extendatur dies. Tẽpore uero sanari possunt: ut post dicemus, ubi uitiosas intemperies uertere in melius docebimus. quippe similis prouidentia acquisititij affectus est, & naturalis intemperamenti. quare nunc de ipsis disserere non oportet.

XVIII Reliquum igitur est ut de matutina uespertinaq; frictione agamus, non ad eum tamen modũ quo Quintũ respondisse dicũt, cum percontanti gymnastæ quã unctio uim habet, respondit, Vestis summouendæ. ijsdem enim quibus nunc usus sum uerbis, tũ gymnasten rogasse, tum Quintum respondisse ferunt. Simile Quinti apophthegma est & quod de urinis circũfertur: nempe eas nosse, ad fullonem pertinere. Et illud quod de calido, frigido, humido, & sicco dixit, utiq; balnearũ ea esse nomina. quæ ipse sanè nemini uel Thessali affectatorũ impune dicere, nedum Quinto permiserim. Quippe scurrarum eiusmodi facetiæ sunt, haudquaq; hominis tam grauem artem profitentis. Satius igitur sit in proposito iuuene ad hunc modũ de matutina frictione disserere. Is nanq; aut ex somno aliquid de quo queri possit, non sentit: aut lassitudine grauatur aliqua: aut alia quapiam affectione offenditur earum de quibus paulo ante statim post lassitudinis affectus hactenus disserui. Ac si de nulla quidem re conqueritur, superuacuũ est eum aut fricare, aut ungere: nisi siquando ingẽti frigori occurrendũ uidetur. Tum nanq; ueluti qui frigida sunt usuri, sic eos quoq; frictione præparabimus. Si uero lassitudinis sensus ullus appareat, iã dictũ est hominẽ tum & ungendũ esse, & molliter fricandum. Simili ratione si siccior iusto sit, ungendus dulci oleo est, (nam id sicca corpora humectat) fricãdusq; ut omnino parcissime, ita nec duriter, nec molliter est. Quippe succurrere digestioni in corpus oportet, nõ cutis carnis'ue habitum mutare, neq; etiam quod in his continetur, quicquam educere. quorum mollis utrunq;, dura alterum facit. siquidem hæc cutem densat duratq;: mollis per halitum euocat, ac corpus rarum molleq; efficit. Verum cutis densitatẽ corrigere si studes, utiq; ei quę ex duris tum frictione, tum cõtrectatione, præterea uehementi exercitatione, et multo puluere orta est, mollis frictio cum copioso & dulci oleo medetur. Quæ uero contracta ex frigore est, eam primum frictione sicca ac celeri, deinde cum oleo adhibito calfaciẽtes, naturæ suæ restituemus. Raritatem uero quæ & frequens balneum, & mollem frictionẽ, & ueneris usum consecuta est: paucula frictione, primũ quidem sicca, deinde cum oleo quopiam eorum quæ adstringant, sanaueris. Humiditatem uero quæ nimiæ potioni successit: sicca frictio, et cũ linteo administrata, uel cum manica, quam χειρίδα Græce uocant, interdum etiam solis manibus, idq; uel citra omne pingue, uel cũ eo planè exiguo corrigit. Sit aũt et quò per halitum euocet oleum ipsum dulce, omnisq; adstringẽtis facultatis expers. Atq; ita quidem se habet matutina frictio. Vespertina uero ijs utilis est quos uel lassitudo ualida premit, uel siccitas male habet, uel atrophia macerat. ita uocant Græci cum corpus ex alimento fructum nõ sentit. Verum atrophias symptoma nunc præsertim seponatur unà cum reliquis morbosis symptomatis: quæ post tractabuntur. In proposita uero natura cum uel ualida lassitudo, uel immodica siccitas corpus afficit, prandiũ minus esto: tum ab eo ad cœnam lõgius interponatur tempus. plurimum quiescat: exiguum tamen quippiam inambulet: quo cibus per erectam agitationem concussus subsidat. Vtilius etiam sit si & aluum exonerare possit. His etenim probe peractis securus oleo dulci frices. uentrem tamen omnino non continges: cum alioqui periculum sit ne & cibum deterius concoquat, & succus quispiam ex eo semicrudus in corpus digeratur, & caput turbet, & stomachus subuertatur. Optimum igitur fuerit omnino uentrem non attingere. Quod si in musculis ei uicinis uel lassitudinis sensus aliquis, uel siccitas appareat maior: ungi debet mediocriter, & blande, & suspensa ma

nu. Ac si causas quispiam eorum quæ diximus, reddi sibi cupit: proximum librum legat, in quo de morbosis symptomatis agemus. Nam hunc mihi uideor satis hactenus extendisse.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI IIII GAL. DE SANITATE TVENDA

Cap. 1 Causam reddit cur in tractatione de sanitate tuenda, morbosorũ affectuũ medendi rationem doceat, contra sophistarum calũnias se defendens. Conuenientia huius libri cum antecedentibus, & argumentũ eius.

2. Primo loco uniuersaliter de lassitudinibus tractat, tres numero asserens, singulas autẽ genere symptomatis (quod etiam tripliciter diuiditur) cõtineri, & uel ob internam, uel externã causam. Deinde priuatim de ulcerosa, cuius causa succus est acris. De tẽsiua, cuius causa plethora. De phlegmonode cuius causa πληθώρα κακόχυμος. Plenitudo duplex, una plethora: altera grauãs uirtutem, uel uitalem, unde κακοσφυξία: uel animalem, unde δυσκινησία. Contra dicentes abundantiam esse causam ulcerosi affectus. Motus in ulceroso affectu duplex. 3. Vlcerosam lassitudinem siue à frigidis, siue à calidis humoribus natam, cõmunes habere medendi scopos uacuationem, & alterationem. 4. In ulceroso spontaneo affectu acres superfluitates aliâs tantum in solidis particulis esse, aliás etiam in uenis, & quomodo uterq; curetur. Quatuor autem modis cognoscitur an in uenis causa huius affectus cõtineatur, tanquã per coniecturas. Vrinam euidentius signum esse: Coniecturas uero, primum ex diæta uel eius mutatione: Deinde, considerando natura ne sit cacochymus. 3. Retentio excretionnm naturalium. 4. Si ab aluum purgandi exercendi ue se consuetudine recesserit, cõsideretur.

5. Cura ulcerosi affectus, tam eius qui in cute consistit, quã qui etiã altius infixus est, ut post cruditates. Nã de tertio genere toto scilicet sanguine excrementoso in proximo capite dicetur. Vini facultas. Inspiciendũ an uitiosus humor qui lassitudinis est causa sit uel cum sanguine, uel cum crudis humoribus, uel per se solus sit.

6. Quando humor lassitudinem ulcerosam efficiens, solus est absque copia sanguinis, quibus notis qualis nam sit discernas, ut rite purges. A labore uel exercitio signa. A sudore iudiciũ de toto corpore sumitur. Ex urina de humoribus tantum ꝙ in uenis continetur. Signa & iudicia urinæ. 7. Corporis colore cuiusq; humoris abundantiã cognosci: nisi per euentum aliquem superficies coloret, ut ab externo frigore caloréue, aut affectu aliquo animi. Affectus enim animi quoq; nõ superficiem solum immutant: sed etiam ut solidas partes subeat humor tinctus efficiunt. Item de crudorum humorũ uel pituitæ differentijs. Tum quomodo se ad sanguinem habeant, pituitosi pariter & biliosi succi. Crudus humor minus est humidus phlegmate (& si eius species sit) & ferè sine lentore. 8. Detractione sanguinis quãdo, & quomodo utendum, item alui deiectione.

9. Si lassitudine ulcerosa affectus neq; uenam incidi, neq; aluum sibi deijci sustineat, quomodo medicãdum est? Quiete, leui unctiõe cum oleo, balneo suaui, somno, recta uictus ratione quam prolixius præscribit. De somno post balneum. E somno quoq; & uigilia humoris abundantis indicia sumi, frigidus enim somniculosos, calidus et mordax uigiles facit. Inde si cõualuerit liberalius fricato, parcius exerceto, donec nullus omnino lassitudinis sensus supersit, tum ad exercitia cõsueta reduces. Quod si malum aliquod symptoma signum ue supersit, cura ad id intendatur. Sin lassitudo sola, apotherapia curandum. At signa si cõfundantur absq; lassitudine, quiescendum ab omni motu. Sin utrunq; fiat, prima curationis ratio repetenda. 10. Corpus cruditate plenum iuxta hepar & mesaræum, neq; sanguinis detractione, neq; per aluum purgatione tentandũ, neq; exercitium in eo, motum' ue ullum, neq; lauacrum admittendũ esse. sed uictu & pharmacis incidentibus, non euidenter tamen excalfacientibus curãdus. Noxa phlebotomiæ ubi crudus humor abũdat, & paucus est probus sanguis. Et ꝙ tales facile ferant tenuem uictũ. Diospoliticum & eius compositio duplex. 11. De tribus compositionibus medicaminis διὰ τριῶν πεπέρεων, una e pluribus cõstante, & duabus simplicioribus. Delectus medicaminum ingredientium. De tribus generibus piperis probandis. Mel quod optimũ. Quo modo & quoties in die hoc medicamentum exhiberi debeat.

12. De oxymelite, cuius quatuor componendi rationes tradit. Quòd pro sumẽtis gustu uariandum sit. De apomelite, & hydromelite, siue mulsa: & uinorum differentia. Item si inde conualuerit quid agendum. 13. In proposito corpore, scilicet cui intus abundat cruda, & foris ulcerosa dispositio cõsistit, uomitu abstinendum, & neutram in partem, id est neq; introrsum neq; extrorsum humores ullo modo mouendum. Quænam humores è profundo in superficiẽ reuocent. Quæ contra motos à superficie humores introrsum agant. De usu mulsæ, cui hyssopus incocta est. 14. Si crudi humores è uenis in solidas particulas ulcerosa lassitudine laborantes fuerint attracti, quo sit pacto curandũ docet, docturus statim de eodem affectu, sed cum uenarũ quoq; cruditate mixto: nempe capite 15. Priorem uero de qua nunc agit, per pharmacum diacalaminthes potissimũ emendari scribit cuius compositionem & usum hinc uberrime declarat. De medicaminum cõtritione canon. Diospoliticũ crassiuscule terendum. Post duos aut tres dies hominem sic præparatum ad exercitia reduces, & experieris quomodo ea ferat, & an bona circa id signa appareãt, ut color bonus, &c. Quæ si nõ apparent, præscripta rursus medendi ratione uteris: ac interim quotidie quomodo exercitia ferat experieris. 15. Ad coquendos aut discutiendos succos crudos cum ulcerosæ lassitudinis affectu per halitum corporis collectos, acopi elatini confectionem docet & usum. (Quamdiu maceranda sint medicamenta in oleo) De acopo ex florib. populi. Vas duplex. olea. Resinæ etc. 16. De spontanea lassitudine ulcerosa cũ cruditate tã in uenis quam in solidis particulis cõposita. Cuius ratio curãdi quoq; composita est, ex eorũ cura quibus cruditas in primis tantum uenis continetur, ulceroso affectu solo in habitu corporis siue carne consistente: & eorum quibus uenæ primæ quidẽ, id est mesaraicæ puræ sunt, sed extremæ & superficiales cum reliquo corporis habitu ulceroso sensu afficiuntur. Sic igitur mixta est cura, ut primo tamen loco cura magis ad priorem affectum pertineat, id est uenarum cruditatem: in medio ad utrunq;. Versus finem uero potius spectet ad posteriorem affectum, reliqua etiam uictus ratione contemperata. 17. De tensiua lassitudine, itẽ spontanea, & eius curatione per phlebotomiam si copia sanguinis sit in causa. Contra Erasistratum, qui omnem phlebotomiæ usum fugiendũ censuit. 18. De phlegmonode lassitudinis sensu spontaneo, & quibus modis curetur: phlebotomiæ in duas uices diuisio. Quæ quando uena incidenda. 19. Certa demonstratio cur sanguinis detractionem iterare iubeat, non una uice omnino euacuare. 20. Non esse à sanguinis missione uniuersim aut festinanter reficiendum à naturalibus facultatibus demonstratur.

GALENI DE SANITATE TVENDA
LIBER QVARTVS.



VOD pleriq; omnes recentiū medicorum faciunt, qui dum tempus sophistarum cauillationibus terūt, quod maxime necessariū est, aut leuiter tantum attingunt, aut prorsus omittunt, id ipse non faciā: sed (quod ab initio institui) ei q̃d necessarium duxi, insistens, quæ logicā magis speculationē habēt, in aliud tēpus differā. Statim ēm de morbosis symptomatis, de quib. hoc libro differere statui, non leuis quæstio oritur, eáne ad ualetudinis tuendæ artē spectent, an ad eam quæ medendi rationē præscribit, an harū neutrā, sed tertiā quandā, quā nonnulli mediā inter sanitatē & morbū statuunt, neutramq; appellant. Ego haud ignarus, siue quis in sanitatis tuendæ, siue etiā medendi arte, eorū meminerit, fore ut æque à cauillatoribus sugilletur: illud quoq; intelligens, etiā si quis tertiam tractationem his dicet, de neutris eam affectionibus inscribens, uel magis irrisuros, cōtumeliososq; futuros, præterea quæsituros de masculinis & fœmininis in quonam opere præcipiam: in hoc uolumine de his agere potissimū elegi. Si ēm fieri nequit ut sophistarum nugamenta deuitem, atq; hac ratione minus erunt importuni: utiq; sic faciens melius consuluisse uidebor. Huc accedit quòd ex speculatione ipsa magis intelligetur ipsa doctrinæ cōmunio, si quis illa quæ dicentur, attentius leget. Ea hinc aggrediar. Artis quæ ualetudinem tuetur, non leuis portio est ea quæ de exercitatione præcipit. huius rursus non exigua pars est quæ lassitudines præcauet. Porrò monstratū in superioribus est, similem rationem esse instantis lassitudinis cauēdæ, & eius quę iam occupauit, summouendæ. Ergo non alibi quemadmodum hanc futuram uites, alibi quemadmodū iam urgentem corrigas, tractandum est. Atq; hac quidem de causa in proximo libro, qui totius operis tertius est, de lassitudine quæ exercitationi superuenit, disputatum erat: simul habita mentione de similibus affectibus, quorum aliqui exercitationes maxime sequebantur. Nunc primum quidem de his prout citra exercitationem incidunt, agemus: secundo loco de illis quæ similitudinem quandam cum his habent. Ac quæ immodicas quidem exercitationes lassitudo excipit, salubre symptoma est. quæ uero sine his consistit, morbosum. Itaq; & ab Hippocrate dictum cōmodissime uidetur: Lassitudines sponte natæ, morbos nunciant.

II Atq; ulcerosus quidē sensus, symptoma lassitudinis est. Causa uero unde is nascitur, affectus lassitudinis est. Porrò huius rursum ipsius causa bifariam scinditur: aut enim intra ipsum animalis cōtinetur corpus, uocantq; Græce προηγουμένην: aut omnino non inest, uocantq; προκαταρκτικήν. Nos illam internam, hanc externā non incōmode uocemus. Itaq; tria in uniuersum genera sunt de quibus habendus sermo est: Ipsius lassitudinis symptoma: Affectus unde hoc orit: & affectus ipsius Causa. Cuiusq; uero horū speciales quædam differentiæ sunt. Causarum (ut modo diximus) externa, & interna. Affectuum (ut in præcedente libro docuimus) is qui ulceris, & qui tensionis, & qui phlegmones sensum inuehit. Symptomatum uero tres eædem differentiæ, quas quidem aliter nominare licebit, si quis uolet. Verum neq; plura q̃ relata sunt genera ꝓducere aut facere potest, qui uera dicere uelit: neq; plures etiā differētias. Lassitudo igitur quæ ulceris sensum facit, (incipiēdum enim ab hac est) motis quidem grauē excitat sensum, ceu corpus ulceretur: idq; uel circa cutim tantum, utiq; cum est moderatior: uel circa subiectā illi carnem, cum est ualentior: uel circa utranque, cum adhuc est atrocior. Atq; hoc quidem est lassitudinis symptoma. Affectio uero ex qua id nascitur, acrimonia est tenuis & calidi humoris, qui corpus erodit, stimulat, ac pungit. Oritur hęc aliquando ex immodico motu, ut in proximo libro ostendimus. aliquando ex uitioso succo, qui imprudentibus nobis in corpore succreuit. Tales uero lassitudines, spontaneas Hippocrates appellat. Alterum uero lassitudinis genus (nempe in quo tensio sentitur) quoties sua sponte incidit, plethoris superuenit. Quippe tenduntur in his solidæ animalis partes, præcipue in quibus succi continentur. Tertiū lassitudinis genus, quod phlegmones sensum affert, ex ambobus oritur, tū nimia boni succi abundantia, tum prædicto uitioso succo. Non ēm quæuis mali succi species, sed tantū in qua rodens acrimonia cōtinetur, ulcerosam lassitudinē creat. sed nec eiusmodi quidē succus dum in uenis cum sanguine miscetur. Latet enim tum eius uis, utpote transfluentis, & à sanguinis bonitate superati. Verū cum ab his translatus, in carnibus, & ad cutem solus hæret, ulcerosum affectum ac sensum tunc ingerit. Qui uero ex abundantia nasci hanc lassitudinem putant, sanè falluntur. Nam neq; ex ea copia quam plethoran dicimus, (hæc enim eam quæ de tensione queritur, gignit) neq; ex ea quæ uires prægrauat nascitur. Non enim erosio, aut ulceris sensus, sed uel grauitas, & ad motiones segnitia, talis sunt abundantiæ symptomata, utiq; dum ad animales collata uires, eas superans premit: uel pulsus quędam uitia, si quando uitalē uim superat: de quibus dictum abunde est in ijs quæ de pulsu scripsimus: æque ut in libro quem de abundantia scripsimus, etiā notas & naturalium uirium cum premuntur, & reliquarum ambarum tradidimus. Non est igitur abundantia, eius lassitudinis quæ ulceris sensum præfert, causa, sed humorum qui in cute & carne continentur, acrimonia. Hæc enim ut quieta sensum latet, sic agitata protinus sentitur. Motus hic lassitudini primus & maxime ex proprijs quibusdam rationibus accedit: quas mox dicemus. Alter ex incidenti, scilicet

cum nobis partem aliquam aut etiam totum corpus mouere uolentibus, cum hoc humores qui in ipso continentur, simul mouemus. Verum hic minimus est, & lassitudinis duntaxat sensum infert. Vehementior rigorem excitat (appello nunc rigorem, nec illum uehemẽtis frigoris sensum, nec duriciem, sed inæqualem totius corporis concussum & turbationem) Medius inter utrunq̧, horrorem. Quod autẽ nihil obstet etiam si calida causa sit, quo minus rigorẽ horroremq̧ excitet: in ijs quæ de symptomatum causis scripsimus, ostẽsum est. Nunc satis fuerit summas tantum eorum quæ illic prodidimus, ad presentem disputationẽ quasi basim subijcere. Cum in sensibili corpore succreuit excrementũ mordax, duplici id ratione ad motum incitatur. Vna, cũ à sensibili ipso corpore impellitur: utpote quod repellendi alieni uim obtinet. Altera cum uehemẽtiore motu agitur: quem tum ab exercitando conquirit, tum frictione, tum balneo. Ergo quæ subcalida & putrida excrementa sunt: ubi uehemẽtius mouentur, non horrorem modo rigoremúe qualem diximus afferunt, sed etiam febrem accendunt. At quę frigida sunt, & ex partibus tenuibus constant, ea horrorem quidem rigoremq̧ creant, non tamen febrẽ excitant. Porro memorabilem quandam copiam utrisq̧ adesse oportet, si hæc facere debent. Quæ uero aut planè exigua in sensibilibus corporib. excrementa mordacia, aut multa illa quidem, sed tamen non planè adhuc mordacia, subhæserunt: hæc ulcerosam lassitudinem faciunt: de quibus utiq̧ hoc libro nobis est agendum: quando quæ febrem accendunt, ea ad medendi artem spectant.

III Sanatio utriusq̧ generis partim cõmunia curationis amborum cõsilia recipit, partim utriusq̧ propria. Dicetur uero prius quæ cõmunis sanatio est. Oportet igitur excrementum, siue calidum id sit siue frigidum, ipsum aut expellas, aut certe alteres. Recipit uero non omne excrementum alterationem à natura. Siquidem nec omnis cibus in cuiusuis animantis uentre cõcoquitur: sed cognatio quædam ei quod concoquit, cum eo quod concoquitur, esse debet. Quod igitur omnino alienum est, nulla fieri ratione potest ut id naturæ suæ gratiam recipiat, sed educere id quàm primũ est tentandũ: æque certe ut quæ in uentre corrupta prorsus sunt, ea uel uomitione uel deiectione expelli profecto est optimum. Non tamen perinde promptum est in carne, atq̧ alijs corporibus imbibitum uitiosum succum educere: ut qui in ijs quorũ sensibilis capacitas est, cõtinetur. Interdum nec ipsa laborantis natura medicamentũ quod malum succum mature uacuet, admittit: sicuti interdum et alius quispiam affectus obstat qui talem educendi rationem respuat. De quibus mox dicam, si prius quod reliquum erat in superius posita diuisione, adiecero. Quippe quæ cõmuniter spectant qui excrementorũ uitijs medentur, ea iam diximus uacuationẽ alterationẽq̧ esse. Propria uero utriusq̧ generis nunc adijciamus. Neq̧ enim una tantum ratione educendum alterandumúe est: sed explo-

A rata quæ ei quod affligit, maxime sit accõmodata, ei est insistendũ. Ea uero, ut in summa cõplectar, ratio est, quæ ex cõtrario opem molitur: priuatim uero, quæ ex cuiusq̧ contrario.

IIII Et summæ quidem totius rei hæ sunt: quæ latius tamen nobis nunc explicanda sunt unà cum sua cuiusq̧ euidenti demonstratione: idq̧ ab ulceroso affectu orsis. Quoniam igitur eiusmodi lassitudo uitio acrium excrementorũ oritur, ante omnia cõsiderandum est, in solidis'ne tantum corporibus, an intra uenarum sinus malus succus contineatur. De ijs uero quæ intra uenas sunt, nullum planè nec manifestum nec euidens signum habemus præter solam urinam: conijcere tamen ex his licet. Primum æstimabimus quonam qui affligit, B usus sit uictu. Secundo, solitus'ne sit malũ succum naturæ sponte congerere. Ad hæc, an naturalis aliqua & consueta excretio iam desierit. Quarto, an exercitatione, aut gestatione, aut purgatione per uomitum aluumúe, aut usu aquarũ sponte nascentium soliti superuacua expellere, id intermiserint. Atq̧ in uictu quidem uidendum an cruditas & crebrior & maior quàm ex consuetudine præcesserit, an mali succi cibis copiose se impleuerint, an uinum pro antiquo mustũ, pro tenui crassum, an aqua marina mistum biberint, an etiam prorsus à uino se ad aquæ potionem transtulerint: nec semel bisúe in quolibet horum peccauerint, sed assidue, bonoq̧ tempore. Secundo (sicuti diximus) æstimandum num ex eorũ numero qui facile malum succum cõgerunt, lassatus ipse sit. Deprehen- C das id percontatus an scabie, aut lepra, aut uitiligine, aut pruritu crebro sit affectus. Item an erysipelas, aut elephantiasis, aut herpes, aut ophiasis, aut alopeciasis, aut pustulæ crebræ, aut necessariò ulcerosæ, aut epinyctides, aut deniq̧ ullum symptoma quod ex uitioso succo & natũ & auctũ est, illũ male habuerit. Ab his consideranda diximus, consueta'ne ulla excretio retenta sit per uomitum, uel hæmorrhoidas, uel fistulam aliquam, uel dysenteriam: uel si mulier est, per menstruũ profluuium. Deinde num ipse medicamẽto se purgare semper solitus, id intermiserit. Nõnulli enim sunt qui deiectorijs medicamẽtis, alij uomitorijs, aut urinam sudoremúe cientibus, aut usu sponte nascentium D aquarum, utiq̧ quibus aut sulfuris aut bituminis aut nitri uis inest, uere uel autumno quotannis soliti excrementa uacuare, aliquando id negligunt. Multi (ut dictũ est) exercitationũ cõsuetudinem dimiserunt. Alij rursus omnis frictionis, aut balnei, aut à uino dulci post balneum uomitionis morem prætermiserunt. Sanè constat non illorũ modo nos qui optimo sunt corporis temperamento, fecisse mentionem, sed quò nihil in mali succi causarum catalogo sit prętermissum, etiam eos qui uitiosum succum natura prompte congerũt, sermone comprehẽdisse: de quibus fusius inter uitiosos corporum status proximis uoluminibus agemus, Atq̧ ex his quidem de mali succi modo coniecturam facere oportebit, ac remedium ad mensuræ eius quantitatẽ ꝓportione inuenire. mediocrius,

si omnino sit exiguus, & ad cutem tantum collectus. ualentius, si multus, & in profundo. A

V Prius uero eius qui exiguus, & iuxta cutē est, curatio dicet. deinde eius qui in carne residet: tertio ab his loco, quando totum corpus impurū excrementosumq; fuerit. Si quis igitur iam institutū mihi ab initio repetens, boni succi iuuenem dederit, qui prius salubri omnino uictus ratiōe sit usus, nunc necessitate quapiam urgente longi temporis iter confecerit, in quo nec exercitatus, nec lauatus pro consuetudine fuerit, cibis potioneq; mali succi usus sit, tum à prandio, uel cœna, uel etiā toto die uehiculo sit uectus, nec bene plerunq; dormierit: illud tamē addatur, nihil huic in modo assumptorum erratum esse, proindeq; nec in cruditatem ullam incidisse: talis multum mali succi congessisse profecto nequiuerit. itaq; etiam nec remedium operosum requirit, sed exercitationem tantum quæ apotherapia dicitur: quam in proximo ante hunc librum docuimus, ubi pariter de accōmodata ei rei uictus ratione præcepimus: quò minus est hic multis morandum. Tantū eius meminisse conueniet, huc omne consilium dirigere qui corpora sic affecta curat, ut excrementa quæ circa cutem sunt, educat: propterea quòd affectus in hac una consistit. Itaq; rursus detur eundem iuuenem præter alia quæ eadem sint, etiam in cruditates sæpe incidisse. Detur & ulceris sensum habere, non cute tenus modo, uerumetiam altius in corpore, sicut totum id malis succis refertū suspicere. huic nec exercitationem, nec ullum omnino motū iniungemus, sed quiescere ac dormire iussum, in abstinentia totum diem exigere cogemus: dein uesperi pinguiter uncto, & tēperato balneo mediocriter lauato, pro cibo dabimus sorbitionē aliquā boni succi, sed planè quàm minimam. nec tamen à uino eum abstinebimus. concoquit enim id semicrudos humores, quantū aliud quiduis: tum sudorem urinamq; promouet, ac somnum conciliat. In ijs autem qui ita se habent, id agendum nobis est, ut quod mali succi iam planè corruptum est, nec concoqui etiam potest, id sudore urinaq; expellatur. quod semicoctū adhuc est, concoquatur, atq; utile reddatur. Id autem optime quiete somnoq; cōfiet. Si ergo his peractis malum sedatū fuerit, ad consuetudinem paulatim reducendus homo est. Sin in posterum etiam diem duret, de ualentiore iam remedio est cogitandum, maxime si per noctem uel lassitudo magis ꝙ ante uel anxietas infestet, uel peruigilet, uel somnos turbatos & imaginationibus inquietos habeat. his enim, si uires nō dissuadent, duorum alterū, aut sanguis mittendus est, aut purgatio exhibenda, sed discernētibus nobis utrum magis expediat, ut mox dicetur. Sin uires imbecilliores dehortantur, sanguis mittendus haudquaq; est, sed deiectio mediocris adhibenda. cuiusmodi autē deiectio mediocris sit, in sequentibus docebimus: sed si prius quæ priora sunt definiuerimus. Nam uirium robore constante si lassitudo adhuc infestat: æstimandum est, cum sanguinis'ne copia, an cum crudis humoribus, an per se solus consistat uitiosus humor qui lassitudinem creat. Nā si cum sanguinis copia, aut uena incidenda, aut aliquid quod tantundem ualet, agendum. Sanè tantundē possunt hæc: Quibus hæmorrhoides sunt retentæ, si has emiseris. Si mulieri menstrua cōsuetudo cessauit, hāc prouoces. Si quibus horū nihil est, si malleolos scalpello incidas. Post hæc aluus eo medicamento deijcienda est, quod maxime accōmodatum malo succo sit.

VI Quòd si uitiosi tantū succi, hicq; citra sanguinis copiam subsint, purgatio petenda est quæ infestanti excremento sit accommoda. Infestat uero aliàs biliosum, aliàs atræ bilis, aliàs pituitosum, sed quod uel salsum uel acidum sit: atq; horum quodlibet aut crassius, aut serosius, aut media quapiam consistentia. De quorum discernendorum notis nunc agamus. Si cum pustulis (quæ Græci ἐξανθήματα uocant) lassitudinis affectus cōsistat, ex his facilis inuentu erit excrementi species. Sin absq; his: in boni quidē succi corporibus tum ex ijs qui præcesserunt cibis, tum reliquis quæ ipsis corporibus inciderunt. In ijs uero qui malos succos natura colligunt, hinc quoq; nonnihil capiendum. Sed de eiusmodi temperamētis uberius post agetur. Nunc de reliquis agamus, ex quibus licet de mali succi specie coniecturam accipere. Qui in ocio degunt, ij pituitosum aceruare succum solent. Quos multus labor exercet, ij biliosum, uel melancholicum: illum æstate, hunc autumno gignunt. Quinetiam an diuturni labores fuerunt, inspiciendum est. Quāto enim fuerint longiores, tanto sunt ad atram generandam bilem magis procliues. Prẹterea qui cum multo sudore obeuntur, ij crassius excrementum faciunt. Qui sine sudore peraguntur, magis tenue: ueluti qui hyeme & frigido aeris statu suscipiuntur. Cōsiderandum ad hæc est non solum de urinæ multitudine, sed etiam de sudoris qualitate. hic nāq; partim acidus, partim salsus est, partim ueluti lutum aut uirus planè olet. licet autem hoc ex strigili deprehendere cum lauantur. Sæpe nanq; amaram bilem refert: qualis utique morbo regio laborātibus emittitur. Eius uero dignotio etiam citra gustū facilis est ex solo colore. Quippe pallidus pro eiusmodi bilis ratione apparet. Sẹpe tamen post ualidissimos labores, & uehementem æstum, planè flauus cōspicitur. Aliquando medius, atq; ambobus mistus cernitur: ueluti quodammodo ex pallido flauus. ὠχρόξανθον Græci dicunt. Ad eundem modum & ipse bilis humor se habet: quando hunc quoq; in uomitu deiectioneq; aut pallidum, aut flauum, aut ex utroq; compositum licet intueri. Qualiscunq; uero is in corpore habetur, tale necesse est eius appareat serum. Ac sudor quidem, succorum qui in uniuerso corpore abundant, nota est: urina, eorum tantum qui uasis continentur. Omnino ergo nihil omittendum: sed sudor quoq; ipse, ut modo diximus, inspiciendus. Aliquando uero ipsum qui afficitur gustare sudorem suum, quò certius internoscatur, iubemus. Id quod aliquando sua sponte accidere solet, dum ex fronte et eius partibus in os sępe delabitur

labitur

labitur. Aestimare præterea urinæ tum consistentiam, tum colorem oportebit. Sed nec quæ in ea pendent, aut sidunt, prætermittere conueniet, sed omnia perpendere. Cuiusmodi eñ sanguis sit qui in uasis continetur, ea plane ostendunt: quando si is biliosus sit, serum quoq; eius biliosum esse necesse est. Idq; pro utriusuis bilis ratione. Simili modo pituitosum, si is sit pituitosus. Ergo ubi crudus plane is est, utiq; tenuis aquosaq; urina cernitur, nihil nec quod sidat, nec quod pendeat, in se habens. At ubi is concoctus est, hæc in urina apparent: atq; etiam nubeculæ quædã desuper tenues superstant, ueluti quod in summo lacte colligitur, (Græce γραῦς dicit̃) & quod in summo refrigerati iusculi concreuit. Quod si turbida sit, qualis ueterinorum uisitur, crudis humoribus refertas uenas indicat, non tamẽ cessare naturam, sed eos ualenter concoquere. Si uero celeris separatio crassi à liquido in ea cernitur: sitq; quod subsidit, album, leue, & æquale: iamiam superaturã eos omnes naturam indicat. Sin cum emingitur, pura sit, protinus uero turbetur, iam crudi succi concoctionem aggredi naturam docet. At si interposito tempore turbetur: non protinus, sed post aggressurã insinuat. Verum omnium quæ turbantur urinarũ generalis nota esto ipsius crassi à liquidiore separatio aut propere aut tarde facta, aut omnino nulla. Ergo si protinus fiat, & quod subsidit sit album, leue, & æquale: superiorem longe naturam succis quos concoquit ostendit. Sin bonũ sit quod subsidit, sed quod post longius interpositum tempus colligatur: etiam naturam temporis spatio superaturam succos nunciat. Si uero uel omnino nulla separatio, uel id quod subsidit, malum sit: imbecillitas naturæ significatur: egetq; ope aliqua ad succos percoquendos.

VII Sicuti uero urina, succorũ qui in uasis sunt, qualitatem prodit: ita sudor, aliaq; quæ per uniuersum animalis habitum apparent, eos qui illic sunt succos demonstrant. Quippe superantibus in eo calidis succis, insolito caloris sensu urgetur: frigoris uero, cum frigidi dominantur. Iam albiores pituita superante, pallidiores bili abũdante cernuntur. Quod si meracior bilis sit, etiam plane flauiores. Siquidem color à succo prouenit, non ex solidis animalis partibus, utiq; cum se succi in altum non receperunt. Accidit uero id illis propter frigora, rigores, uel animi affectus, ueluti timorem, uel ingentem tristitiam, uel incipientẽ uerecundiam. Quorum nullum si adsit, nunq̃ se in altum recipient succi. Aeque nec in cutem uiolentius irruentes, hanc adurent unquam, nisi animus aliquo modo affectus sit, aut æstu immodico animal extrinsecus obsessum. Ergo uehemẽter cõmotis, aut iratis, aut in pudore ueluti reciprocantibus se humoribus, inspicere colorẽ non oportet. At si nec ambientis uiolentia calidi frigidiúe, nec ullus animi affectus cuiusmodi iam dictus est, subsit: certissima succi animalis cognitio ex colore datur. Tanquam igit̃ corpus sicubi albius solito est effectũ, pituitosum abundare succum indicat: sicubi palli-

A dius aut flauius, biliosum: ita sicubi ad rubicũdius quàm pro natura est mutatũ, sanguinis abundantiam subesse significat: sicubi ad nigrius, nigrã superesse bilem ostendit. Videas præterea ceu plumbi colorẽ aliquando nonnullos habere: rursus aliquando ceu misturam esse albi, liuidiq;: aliquãdo liuorem solum sine albo consistere. Ergo eiusmodi colores, crudos dominari succos indicant: qui cum de genere sunt pituitæ, minus tamen humiditatis habent quàm ea quæ publice uocatur pituita. plerũq; uero huic nec lentor inest. Nam is si adsit, Praxagoras eiusmodi succum uitreum appellat: egregie quidem frigidum: crassum tamen eo quem crudum per eminentiam uocant, certe minus. Generaliter igitur eiusmodi succi omnes albi

B crudiq; sunt, nomenclaturam uero alius aliam sortitur. Nec attinet ad præsentem disputationem ea omnia distinguere: quippe ad quam illud tantum cõmune omnium accidens pertinet, quòd hi succi percocti à natura non sunt, sed crudi adhuc manent. Siquidem sanguis in medio est biliosorum atq; horum: quorũ utiq; genus uno uocabulo appellare licet uel crudum succum, uel pituitam. Illi nanq; ex sanguine fiunt ubi supra iustum modum est percoctus: hi uero ex eo nondũ perfecto. Sunt autẽ utriusq; generis innumeræ particulares differentiæ, cæterum quæ ab ijs qui in talibus sunt periti, in numeratas species sunt iam descriptæ: quarum tamen ipsarum adeo hic omnium meminisse necesse non est, ut etiam satis sit eas ad unum ca-

C put redigere, quod tibi ueluti scopum agẽdorum proponas. Nam quoniam alij prius quàm ad exactum sanguinem nutrimentũ peruenit, ueluti semicocti sunt, alij prorsus incocti crudiq;, alij paulo absunt à sanguinis forma, rursus alij sanguinis faciendi, siue (ut ita dicam) sanguificationis ueluti ultima pars, qui utiq; excessu caloris proueniũt: quorum alij paululum, alij plus, alij plurimum à sanguine recesserunt:

VIII Vbi quidem paululũ uel citra sanguinem restitum, uel ultra processum est, audacter mittendus sanguis est. ubi autem plus, consideratius agendum. ubi uero plurimũ, in his nullus omnino mittendus est. Inspicere uero & quantitatem conueniet: ut uerbi gratia si bonus sanguis exiguus

D sit, reliquus uero succus plurimus: utiq; in his abstinendum à detractione sanguinis est. Sin is quidem exiguus, sanguis uero copiosus: audacter incidenda uena est. Dein deijcere (ut dictũ est) aluum oportet: ratione habita de abundantis succi copia pariter & specie. Quod siquis uel propter ætatem uel timiditatem permittere se medico ad sanguinẽ ullo modo detrahendũ nolit, huic deijciẽda largius aluus est: aut si id quoq; suspectũ habet, alia ratione educendum superuacuum est. Ac in proposita nobis hactenus natura alias uacuandi rationes inuenire difficile non est: in alijs cum discretione & diligenti examine disquiri eas cõueniet. Eam discretionẽ post trademus, ubi de ꝓposita boni succi natura tractationem absoluerimus. Pone eñ talẽ hominẽ ex mala uictus ratione lassi-

tudine affectum: deinde ex ijs quas retulimus notis, in uenoso uasorum genere apparere subesse illi copiam semicrudorum succorum: in reliquo uero corpore toto multitudinem horum mordacium quos lassitudo secuta est. auctus preterea illi quodammodo & sanguis esto. Maxime ergo (ut dictum est) detrahere primo de sanguine oportet: deinde succum illum educere qui superare uidet. Non sustinēte autem homine sanguinem sibi detrahi, augere deiectionem.

IX Si uero neutrū admittat, aliam quampiā rationem iniri, qua maxime si non breui, at longiore tempore pristinam corporis habitudinē homo recipiat. Quoniā ergo duo prima sunt, quibus primum intentus sit oportet, qui eiusmodi affectibus medebitur, crudorum siue etiam semicoctorū humorum qui ante sanguinis perfectionem fuerūt, perfectio: & acrium ac mordaciū, qui secūdi sunt, & sanguine posteriores, eductio: abstinere eos cōuenit ab omni ualido motu. Blande uero unctos, atq; oleo perfrictos, per quā suaui lauare balneo: inde in ocio abstinētiaq; cibi habere, atq; etiā somno, si fieri potest: minime ignorantibus nihil esse quod æque concoquat ea quæ concoqui possunt, & malos succos per halitum digerat, ut somnus à balneo. Cum igitur (ut paulo ante diximus) primo die experti an facile finita lassitudo sit, similiter grauatum hominem cernimus: tum mittēdus in balneum secūdo etiam die est, tum in quiete abstinentiaq; cibi habendus. æque uero & si iterū & tertio oportere uideris, itidē ieiunū lauabis, quietem ac somnū ipsis lauationibus interponēs. Conducit ad somnum non in postremis ipsum quoq; balneum. sunt enim qui eo sunt usi omnes magis ad somnū propensi, modo maioris momenti nihil obstiterit. Adeo tibi somnus & causa & signū per cōmodum speratę utilitatis sit: uelut ediuerso non posse à balneo dormire, nec causa, nec signum est cōmodum. Quippe plerūq; redundantis succi indicia ex somno uigilijsq; ceperis. frigidi nāq; succi soporem, quod κῶμα græce uocant, & longiores somnos inducunt: calidi & mordaces, uigilias: & siquando dormitur, uarijs imaginibus inquietos & turbatos somnos efficiunt, sic ut statim excitēt. Sicuti autem in primo die, ita etiam in secūdo sorbitionem & minimam & simplicem illis exhibebimus. Quippe large ijs apponere quibus auferri potius aliquid debeat, planè est contrarium: sicut rursus omnino non nutrire, & fastidia stomachi (quas Græci ἄσας uocāt) creat, & eundem lædit, & uires labefactat, & malum succū adauget. Ergo exiguum his dandum: ac potissimū, si fieri potest, ptisanæ succus simpliciter conditus. sin aliter, alicæ, eodē quo ptisana modo præparatus, cum paulo aceti adiecto: præsertim si cruditatis abundantiam, uel in uenis, uel in toto corporis habitu subesse suspicamur. Quippe si nihil prorsus aceti sit alicæ admistum, glutinosior erit quàm ut propositis conducat: itaq; obstruet magis quàm detergebit halitus meatus: quod tamē maxime petitur in crassis ac glutinosis succis, cuiusmodi plane om-

A nes pituitosi sunt. Ac boni quidem succi alica ipsa est, & propterea eiusmodi qui uitiosos succos temperet. Cæterū nisi lentor eius corrigatur, adiectis aceto & porri modico: non solum obstruet, sed etiā nutriet plenius quàm propositis sit ex usu. Hac itaq; de causa ptisanę succus in hoc casu tutior est, ut qui tū modice nutriat, tum nusq; per angustos meatus hæreat, sed & permeet ipse, & meatus per totum detergeat, & quicquid in semicoctis crudisúe succis continetur crassi, id dissecet ac resoluat. Horū ipsorū gratia & mulsa his idonea est, & oxymeli, & apomeli, & piper, & gingiber, postremo omnia quæ citra uitiosi generationē succi, humorem crassum dissecant soluuntq;: quorum materiam latius in sequentibus prosequemur. Ad in-

B stitutum uero nunc sermonem exempli loco posita sint, & quæ iam sunt dicta, & quæ nunc dicēda. Frugum nanq; maxime apta est ptisana. Olerum sola lactuca. Piscium qui saxatiles dicuntur. Panis qui & clibano coctus, & fermentatus, & modice purus est. Aues monticolę. Potio oxymeli, mulsa, uinum tenue & albū, semelq; quæ boni sunt succi, eademq; detergēt, nec glutinosa sunt, nec crassum succum efficiunt, nec ualenter nutriunt. Quæ uero urinam cient, hoc casu nō probo: maxime quæ præualentia ex his sunt, & sanguinem calfaciunt ac liquant. quippe quod concoquendū probe est, huic tanta adhuc uexatio non conuenit. Hæc itaque omnia secundo die faciēda ad hunc modum sunt, atq; etiam tertio, quartoq;. Ad hæc præterea

C si tum lassitudinis sensus leuetur, tum corpus coloratius appareat, tum somni quieti & urinæ concoctæ sint, fricare quidem liberalius, exercitare uero parce hominem audebis. His ita peractis si nullus lassitudinis sensus præterea supersit, ad cōsuetas statim exercitationes hominem reduces. sin quicquam appareat priorum aut symptomatum, aut notarum: rursus tu quoq; in id intentus, mutare tentabis ea quæ particulatim non recte habent. Si itaq; solius lassitudinis sensus recordatio superest, cæteris notis omnibus bene se habentibus, utiq; apotherapiæ munere lassitudinem summouebis. sin autem turbatæ notæ sunt, & ueluti confusæ, cæterum lassitudo abest: in quiete maiore seruare hominem oportebit. Si uero ambo coie-

D runt, eadem ratione hominis curā ages, qua prius usus in eum statum duxisti, quo etiam exercitationis aliquid tentare audeas. Atque ita quidem iam comprehenso affectui medendum censeo.

X At si in eodē homine reliqua eadē sint, cæterū in lasso corpore sanguis bonus exiguus sit, crudi humores plurimi: huic nec sanguis mittendus, nec alui deiectio, aut exercitatio, aut omnino motus, aut balneū adhibendū. quippe incisa uena bonum sanguinē emittit: malum qui in primis maxime uenis circa iecur, & quod mesenteriū uocant, colligitur, in totū attrahit corpus. Deiectio uero in talibus tormina & rosiones creat, animiq; deliquia, cum eo q; nec notatu quippiā dignū educit: quando crudi omnes succi, pigri, atq; ad motū inepti propter crassitudinē frigiditatemq; sunt: quo

fit

sit ut etiã omnes angustas uias obstruãt, per quas id quod medicamẽtum deijcit, ferri ad aluum debeat: itaq; nec ipsi educantur, & alijs sint impedimẽto. Id quod sanè Hippocrates illo oraculo prçcauit, quo breuissime præcipit concocta medicamento tentanda esse, non cruda. Eadem de causa nec exercitare, nec omnino mouere, sed nec lauare expedit eos qui in primis uenis crudorum succorũ copiã habent. Siquidẽ omnes id genus motus, succos illos in totum corpus agunt. Seruandi igitur hi sunt in omni quiete: dandaq; ipsis cibus, potio, medicamentaq; sunt singula eius generis quæ attenuent, dissecent, & conficiant succorum crassitudinẽ, idq; citra manifestũ calorẽ. Nam qui excalfacti uehementius succi sunt: ij in omnẽ corporis partẽ feruntur. Ergo nutriẽs hos maxime oxymelite, aliquando etiã ptisanæ & mulsæ exiguo quopiam. Sustinent enim hi uictum, si modo alij ulli, tenuem: ipsa nimirũ crudorũ succorũ copia, quos paulatim cõcoquunt, ad corporis alimẽtum abutentes. Quoniã autẽ præcordia istiusmodi omnibus turgida inflataq; sunt, ac facile quicquid assumpserint, in flatũ uertitur: non inutile fuerit longi piperis aliquid cum cibo dare: quippe quod flatuosi spiritus crassitudinẽ soluit, & quæ in prçcordijs pigra cessant, ad uentrem depellit, & concoquendis quæ sumpseris subuenit, pro cõmuni piperũ omniũ ratione. Quòd si huius copia non est, utiq; albo utendum: quippe quod supra duo reliqua genera stomachũ roborat. Sin hoc non adest, optimũ nigrũ petendum est. Id uero fuerit, quod pondere præcellit. Sanè utilius sit & diospolitico medicamẽto uti: cuius cõpositio duplex est: aliàs ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro. potestq; ita magis uentrem soluere. Aliàs cum reliquorũ pari pondere miscetur nitri dimidiũ. præstiterit autem cuminum esse quod uocant æthiopicum: piper uero, uel longum, uel album. Macerabitur cuminũ in aceto maxime acri. dein continuo id tunditur, aut etiam prius modice frigitur in uase fictili, quod coctum in camino quàm optime sit. Quæ enim exacte penitusq; cocta nõ sunt, hæc lutosa potius quàm figlina sunt, & qualitatũ suarum nonnihil medicamentis affricãt. Sunto uero & rutæ folia modice siccata. Vt enim si pluscolum siccentur, acria amaraq; redduntur, & supra quàm par est calida: sic si prorsus non sicces, excrementitium quendam humorẽ retinent, nondum ex toto concoctũ: cuius uitio flatum discutere minus possunt. Quatuor his aliquãdo despumatum mel additur, aliquando nihil, sed sola sine melle reponuntur, ac ptisanæ succo, & alijs quibus maxime conuenire uidentur, cibis inijciuntur. Sumitur & per se medicamentũ hoc & ante & post cibum. Porrò ad eum usum optimum est quod mel admistum habet, quod utiq; curiose sit despumatum. id enim flatum maxime discutit. sit autem oportet et mel optimũ, si modo quod flatũ discutiat, quodq; maxime dissecet, futurum medicamentum est.

XI Appositum sanè remedium sic affectis est, & quod ex tribus piperibus conficitur, (διὰ τριῶν πιπέρεων Græci uocãt) utiq; cum non admodum medicamentosum sit, ex uarijsq; cõfectum, sicuti à plerisq; medicorum componitur, misturę cuiusdam ritu quam καρύκειαν uocant, aut apri à mirificis istis coquis conditi: adeo ut non minimum ijs qui sumpserunt, negocium sit immista illi medicamenta concoquere, ami, seseli, libysticum, & alia id genus. Cruda enim minimeq; mutata ab ijs qui ea sumpserint, longo tempore durare in uẽtre intelliguntur. Hæc igitur subtrahenda ex medicamento sunt: præter quæ, hæc, helenium, & nardi spica: ceu uero nonnulli componunt, etiam casia. Expedit autem præparatum habere ad manũ dupliciter, sicut ipse soleo. Alterum simplex: quod utiq; ijs dandum est qui parum concoxerunt, & qui recens frigus in uentre habent, & pituitosum succum. Alterum quod medicamentosum magis est: quo maxime utimur in ijs fluxionibus quæ à capite descendunt ad pectus. Verum hoc quo pacto sit præparandum, alibi dicetur. Simplex illud, quo ad cruditatis abundantiam quæ in primis est uenis utimur, huiusmodi est: Ad cuiusq; trium piperum drachmas quinquaginta, abunde adduntur anisi & thymi & gingiberis singulorum drachmæ octo. & simplicissimũ quidem hoc est. Etiam hoc ipso magis simplex, à quo detractum gingiber est. Alterum uero est quod ex ijsdem conficitur: uerum ad cuiusq; trium piperum drachmas quinquaginta, reliquorũ cuiusq; sexdecim drachmarum inijcitur pondus: nempe anisi, thymi, & gingiberis. quo etiam ad proposita utimur commodissime. Debet autem, si haberi potest, anisum Cretense esse: Thymum aut Atticum, aut planè ex editis locis, & siccis: cuius quicquid lignosum est circũciso, coma ipsa unà cum floribus inijcietur. Esto uero & piper quod longum quidem est integrum, minimeq; foratũ: Aeque uero & gingiber. nam ambo perforari facile solent. Quinetiam non solum non perforatum, sed & uerum illud quod ex barbaris affert, piper esto. hic nanq; quod adulteratur, duplex est. Alterũ quod in Alexãdria maxime conficitur. Alterum quod herbæ cuiusdam germen est. Qua uero maxime ratione internosci quod adulterinũ est possit, ipse docebo: tantisper præfatus, nequis aut miretur, aut causam requirat quamobrem uel cõponendi uel probandi medicamẽti hic tradere rationẽ subijt, qui in medendi libris non temere id facere soleam. Siquidẽ in illis cum medicis ipsis duntaxat ago: hic uero etiam cum alijs uniuersis quos aliqui communi nomine φιλιάτρους, id est medicorũ studiosos uocant, qui scilicet in primis disciplinis uersantur: quo intelligentiam suam exerceat. Porrò his necesse non est nec in libris de simplicibus medicamentis, nec in opere de medicamẽtorum cõpositione esse exercitatis, multoq; minus explorandi cuiusq; medicamenti peritiam habere. His itaq; perscribi in plenum talia omnia satius est, sicuti paulo ante de lõgo pipere tradere occepi. Principio enim experiendũm gustu est, diligenterq; æstimandũ an piperis qualitates seruet: postea in aquam mittendum.

Nam

Nam quod factitium est, si per diem totum humore maceretur, illico liquatur, ac soluitur. Si ergo tũ piperis ei qualitas planè inest, nec maceratum resoluitur, sitq; (ut dictum est) minime foraminibus pertusum: piper id longum idoneum iudicabis. Nigrum uero, nec exile, nec rugosum, nec crassi corticis esto, sed ex eo quod ponderosum uocãt, id quod tũ maximum, tum plenissimũ est eligat: Itemq; de albo simili modo eligat quod maximũ est atq; plenissimũ. Deinde om̃ibus simul tusis, & per tenue cribrum transmissis, mel optimum curiose despumatũ admiscetor. Sanè id odorum flauumq;, præterea acerrimũ dulcissimumq; fuerit, tum crassitudine, nec planè crassa, nec liquida, sed quæ ita continuitatem suam tueatur, ut si digitum in id demiseris, post in sublime attollas, quod mellis ab eo defluit, longissima quasi linea sibi continuatũ uideas. Coquitur hoc rectè aut super carbones, aut ligna om̃ino arida, quæ etiã ἄκαπνα Græci uocant. Hoc igitur medicamentum dare conueniet, non semel bisúe quotidie, sed etiã sæpe. siquidem mane & ante cibum, & post, etiã cubitum eũtibus rectè datur cochlearij pleni mẽsura: atq; huius quidem ut paruis parui, & maximis maximi, ita medijs ad portionẽ. Præterea etiam gingiber, quod ex barbaris affertur, aceto maceratũ sumere confert. Est id uirentis herbæ radix, à collectũ statim in acetum cõiecta. Extinguitur enim eiusmodi medicamentorum calor circa ipsas primas uenas, nec in totum perfertur corpus, ueluti aliorum quorundã: cuiusmodi id medicamentum est quod diacalaminthes, propterea q calaminthen recipit, uocant: de quo mox uberius agemus.

XII Idcirco etiam oxymeli his utilissimum est: ut prius diximus. Id ita præparari debebit. Cũ melli optimo super carbones spumam abstuleris, conijcies in ipsum aceti tãtum, unde gustanti nec acidũ nimis, nec dulce uidebit. Ac denuo super prunas coques, quoad planè unitæ amborũ qualitates sint, nec appareat gustanti acetũ adhuc crudũ. hinc ab igni depones. Cumq; uti uoles, aquam ei miscebis, ita nimirum temperans, ut uinum. Ergo qui bibet, si nec de acore eius queritur, nec dulcedine, assidue eo utatur. Sin alterutro offenditur, adiecto quod desideratur, rursus id coques. Neq; enim eos probo, qui sub una quapiam mensura id conficiunt, qui mihi similiter ijs affecti uidentur, qui bibẽtes omnes similiter aquam uino miscere censent: non aduertentes, quibusdã utiq; qui dilutiori insueuerunt, caput statim si uel pusillo meracius hauserint, tentari: quibusdã qui meraciore delectantur, stomachum, si dilutius biberint, subuerti. Cum igitur in uino tam familiari potione ista incidant, multo sanè magis in oxymelite, utpote q̃ uinũ tum minus familiari, tum magis forti, ipsa sequi par est. Satius ergo sit, ex sumentis gustu, non nostro, iudiciũ de modo facere: id esse sumẽtis naturę conuenientissimũ oxymeli ratos, quod utiq; est iucundissimũ, proindeq; etiam utile contra aduersissimũ esse, quod iniucundũ. Ipsam tamen primam ipsorum mistionẽ, quò plurimis conueniat, tale esse oportet. Vni aceti parti, mellis à quo detracta spuma sit, duplum est miscendũ: deinde ambo in leui igni coquẽda, donec eorum qualitates in unum coierint. ita enim nec acetũ amplius crudum apparebit. Cũ aqua uero statim ita facies oxymeli: Melli quadruplũ optimæ aquæ miscebis: dein coques modico igni, quoad spumare desinat. Ac malũ quidẽ mel multã egerit spumã, quo etiam diutius coqui debebit: optimũ uero ut breuissimo tẽpore coquitur, ita minimum spumæ euomit: unde nec pari ei coctiõe est opus. plurima certe quartam partem eius quod ab initio est inditũ, relinquit: post uero dimidio aceti adiecto, rursus coquendum, donec qualitatũ omnino sit unitas, nec acetum crudum etiam appareat. Conficitur sanè oxymeli etiam tribus statim ab initio mistis, ad hunc modum: Aceti uni parti additur mellis duplum, & aquæ quadruplum: atq; hæc ad tertiam partem coquũtur, uel etiam quartam, spuma interim detracta. Quòd si ualentius id facere studes: tantundẽ inijcies aceti, quantum mellis. Apomeli optimũ aqua conficitur, bibiturq; tota ęstatẽ refrigerantis uice. Potest uero, cui id libet, & ad quam proposuimus affectionem eo cõmode uti, potissimum ubi coacuit: id quod ei sępe cõtingit, aliàs magis, aliàs minus, utpote ex aqua confecto nõ pluuia, sicut mulsa, sed qualibet: quanq; potest qui uolet, & ex pluuia aqua id conficere: ipseq; si pluuiam aquam probarem, id suaderem. Verum nec ipsam probo, & nihilo est deterius si acescit, potissimũ ad ea quę nunc sunt proposita. Quinimmo mediocriter etiam acet, quod saltem non omnino incuriose est cõfectum. Sanè cura conficiendi in eo est, ut nec fauus admodum sit uitiosus, coquaturq; bene in fontana aqua, quæ & pura sit, & iucunda. Oportet eñ expesso à fauis melle, eatenus in aqua coquere, quoad nulla inde spuma existat. Ergo tum hac utendũ potione est: tum uero è uinis ijs quæ leuiter acescunt. Nutriendum præterea cibis est, qui citra calorem extenuẽt cuiusmodi cappari est ex oxymelite uel aceto & oleo sumptũ ad duos uel tres dies, ut dictũ est. Quòd si crudos iã succos satis attenuatos speras, uinum dabis q̃d & substãtia sit tenue, et colore fuluũ, albumúe. hoc enim & ad succi bonitatem, & cõcoctionem facit: illud urinam mouet. Sunt uero in Italia prioris generis, Falernum, & Surrentinum: posterioris Sabinum, & Albanum, & Adrianum. In Asia uero prioris generis Lesbium, & Ariusium: secũdi Titacazenum, & Arsyinum. Atq; hæc exempli tantum gratia protulimus. Sunt autem & alia multa tum in Italia, tum in Asia, & cæteris nationibus, quæ his sunt similia: ex quibus facere delectum conueniet ad eas quas diximus notas respicientem, nempe colorem ac substantiã: crassa uero & nigra reijcere: ut quę tum malum succum gignant, tum tarde penetrent. Quòd si his adhibitis melius habere se senserit: etiam lauare tum hominẽ debebis, ungereq;, ac molliter fricare: ut uero primum in urina subsidentia uisuntur, (ὑπόστασιν uocant) tum frictiones augere, tum ad consuetas

exercitationes paulatim reducere. Hoc tempore unguentis ijs quoq; utendum quæ per halitum euocent: de quibus & ante mentionem feci, & in sequentibus faciam.

XIII Haudquaquam tamen in eiusmodi affectibus uomitu utendum suaserim: sicuti nonnullis est uisum tũ medicis, tum gymnastis, falsis (ut opinor) ex ijs quę à Philotimo & Praxagora de eiusmodi succorum curatione sunt scripta. Non enim cum lassitudinũ affectus abundant, sed cum hi soli infestant, uomitus eos expellit: quippe cũ nullum periculum sit, ne intrò uiolẽtius reuellat aliquid eorum excrementorũ quę in carne cõstitere: quemadmodũ certe est, cum ambo redundant, & in primis uenis cruda, & in solidis mordacia. Caueri enim in talibus satius est utrũq; reuulsum, & foras crudorũ, & intrò mordaciũ. Sicuti igitur in superioribus cauimus, ne crudi succi foras traherẽtur: ita ne mordaces reuocentur intrò, est utiq; cauendum. Summæ uero eorũ quorum occasiõe foras ferantur, hæ sunt, exercitatio, & frictio, & balneũ, & fomenta calida, & unctio calfaciẽs, tum ex animi affectibus iracundia, & uno uerbo omnia quę succos qui alte in animãtis corpore sunt mersi, ad motum quoquouersus irritant. Quorum uero occasione intrò ferãtur, ea sunt quæ utiq; prohibent foras ferri. talia sunt ex ijs quę cuti propinquãt, & quæ frigida sunt, & quæ adstringunt. ad hæc, quæcunq; succos attrahunt, aut aliàs quoquo modo ipsorum intrò motum excitant: quorum sunt tristitia, & horror quacunq; de causa ortus: quippe cum & ex calida causa & frigida tum horrorẽ gigni, tum etiã rigorem qualẽ suprà descripsimus, est ostensum: præterea ex his quæ auditu uisuúe animo aut terrorem aut timorem incutiunt. Hæc itaq; omnia deuitanda tum sunt, cum idem homo pariter & lassitudinem sentit, & uenas habet crudis succis refertas. Nam neq; qui extra sunt, recte intrò reuocantur: neq; qui intus sunt, foras: immo qui foris sunt, leuiter educendi per halitum sunt. Siquidem quæ uehementius id faciunt, etiam eorum quæ intus sunt, aliquid attrahunt. Qui uero intus sunt, ij attenuandi coquendiq; sunt. Quòd si uel uomitu eos uel alui deiectione educere uiolentius tentes: utiq; eorum qui foris sunt, aliquid intrò rapueris. Neq; accusandus Philotimus est, si tali usus expulsione est, ubi citra ullũ alium affectum crudorũ abundãtia in primis uenis cõstitit. Quin potius nos ipsos assuefacere par est, ut ueterum scripta diligentius inspiciamus. Ergo quibus intus crudi succi copia est, & foris lassitudinis sensus: ijs hyssopũ in mulsa coquens, non statim, nec primo die, sed in sequentibus dabis: uomitu uero abstinebis, ueritus (ut diximus) ne quid excremẽti externi intrò rursum reuocetur. Praxagoras uero ac Philotimus ratiõabiliter post eiusmodi mulsam, uomitum probant, propterea ꝙ crudos citra lassitudinem succos curant.

XIIII Cæterum quoniam de his abũde dictum est: tempus monet reliquum aggrediamur affectum, in quo cũ ulceroso affectu etiam crudorum A humorum copia in corporis habitum est recepta. Accidunt hæc in ijs maxime negociorũ circumstantijs, in quibus aut calor, aut immodicus labor crudos succos à uenis in carnem rapit: idq; ijs qui nullam ad præsens recentẽ cruditatem contraxerũt. Quippe hęc si adsit, uniuersum ita corpus crudis occupabit. Cuiusmodi affectus curatio etiam post à nobis dicetur. Verum quoniã cõpositum omne posterius simplici est: præstat (arbitror) reliquum simplicem affectũ prius expedire, ac deinde ad compositos uenire: quanquam ne hũc quidem omnino simplicem est arbitrãdum, sed ut inter lassitudines sua spõte ortas simplicem. Proposito nanq; nobis affectu qui lassitudinem excitat, adijcimus illi reliquos. Sed quia in mistione aliàs B simplex unaq; affectio additur, aliàs cõposita: ita simplicem appellauimus hanc de qua nunc agimus. Esto igitur crudi succi copia in solidis animalis partibus, non in uenis: cui accedat ulcerosæ lassitudinis in his ipsis affectus. Quippe talis erat is de quo inter initia sermonis loqui instituerámus. Sicuti igitur in quorum uenis, & præcipue in primis, crudorum copia erat, ijs esse à calidis cauendum cẽsuimus, ueriti ne eiusmodi succi in habitum corporis pertraherentur: ita nunc id timere non oportet. Ergo danda his sunt quę uel ad cutim usq; calorem suum transmittant: fricandumq; largiter oleo quod relaxandi uim habet: ac potissimum mane cum surgunt à somno. Nam ea frictio simul concoquit crudum succum, simul cor- C poream molem animantis nutrit. Quiescendum uero post hæc diu est, siquidem probè sint cessura. Sanè multo euidentius efficiãt cuius gratia fiunt, si homo exiguũ cibum pridie sumpserit, nec aliud à cœna bibat, quàm uinum quod fuluum sit ac tenue. Nec uero illico exercitandum assidue & uehementer est, necubi imprudentes crudo adhuc succo nutriri corpus cogamus. Vtilius itaq; fuerit mane largius fricare, & post id diu quiescere, ac modice inambulare, tũ denuo multa uti frictione, & balneo modice calido, præterea alimentis quę & boni sint succi, & minime glutinosa. Eorum materia suprà iam dicta est, ubi ptisanam ad talia laudaui, & pisces saxatiles, & aues monticolas. Apti cibi sunt & qui attenuant, de quibus scri- D psimus uno libro. Nec est quòd uerearis, ne calorem uehementer accendas: quinimmo medicamen quod diacalaminthen uocãt, audacter dabis. Est uero compositio eius huiusmodi. Accipe calaminthes, & pulegij, & petroselini, & seseleos, cuiusq; uncias duas: seminis apij, cacuminũ thymi, utriusq; uncias quatuor: ad hæc lybistici uncias xvi. piperis uero octo & quadraginta. Ac piper quidẽ grauis esto ponderis: quod βαρύσαθμον uocant. Seseli uero Massiliense, petroselinum Macedonicum, huiusq; præcipue Astreoticũ: Calaminthe & pulegium potissimũ ex Creta. Sin minus, certe ex regionibus editis & siccis. Simili ratione & thymum. Atq; herbarum quidem quicquid lignosum durumq; est, id abijciendũ: accipiẽda uero ad medicamentũ folia, atq; ex his maxime quæ subti-

subtilissima uirentissimaq; sunt, atque in summis herbis nata: ad hæc flores, & quę cum ijs sunt unà minutissimas tenuissimasq; festucas. hęc omnia simul tundenda cribrãdaq; sunt tenui cribro. Quippe eiusmodi medicamẽta in totum corporis habitum maxime digerũtur: ueluti e diuerso crassiora in uentre hærent, ut quæ angusta uenarum oscula subire nequeant. Quamobrem etiam medicamẽtum quod diospoliticon uocãt, cuius in hoc libro mẽtionem feci, crassius facere soleo quoties deijcere aluum per id studeo. Quidam uero id non intelligens, cum tenuissimũ minutissimumq; instar pollinis fecisset, ut aluo deijciendæ nihil contulit, sed urinam planè multã mouit: mecum rem communicauit, mirans ac sciscitans euentus eius uerã causam. Ipse enim arbitrari se aiebat hominis intemperantiam, (nam ita appellabat) eius quod inciderat, causam esse. ut uero propriam causam didicit esse compositionis rationem, postmodũ aliter cõposuit, meliore successu. Ac huius quidem præcepti in omnium medicamentorum compositione meminisse expedit: propositum uero in pręsenti medicamentum, omnia prorsus subtilia postulat, quò facile in omnem corporis partem digerantur feranturq;. Miscendum uero his ita præparatis est mel optimum curiose despumatum. Porrò usus eius erit post matutinã frictionem, anteq; exercitationem & balneũ. Licet & sine admisto melle siccum medicamẽtum reponere, eoq; salis uice ad obsonia præparati uti. Licet & in ptisanã uelut acetum inijcere, uel in eiusmodi aliquid pro pipere. Non modò autem siccum ipsum medicamentum, salis ritu in uario est usu, sed etiam cum melli est admistum. Siquidẽ id quoq; potest cum aliquo cibo mistũ sumi, ita ut gustatũ iucundũ utẽti sit. Post cibũ tamen nunquam nec hoc medicamentum, nec aliud ullũ quod ad distributionem uehementiorem facit, sumendũ est. Non enim distributum, sed concoqui quæ sumpta sunt, est utilius. Melius itaq; sit ijs qui externo aliquo præsidio ad cõcoctionem egent, hoc tempore exhiberi dia trion pipereõ simplex: cuius cõpositionem ante exposui. Quinetiam ipsum piper potioni inspersum, percommodum est ad ea de quibus agimus. quòd si qua fortasse maior necessitas inciderit, etiam quod ex succo mali cydonij conficitur: cuius omnẽ compositionem uiresq; diligenter in sequentibus explicabimus. Verũ ad ea quæ nunc agimus, omniũ quæ mihi cognita sunt optimum medicamentum est diacalaminthes. Nam et crassa lẽtaq; attenuat, & per halitum educit, & urinas mouet, & mulieribus menses. Est autem usu quoque iucũdissimum, præsertim cum liberalius mel accepit: quo tempore coqui largius postulat. Qui uero auersantur dulcia, & mel fugiunt (nam eiusmodi quoq; naturas inuenias) ijs parũ in compositiõe miscebis. Sanè melius his quoq; fuerit si largius coquatur. Nam & minus est eo pacto dulce, & minus stomachum eorum qui à melle abhorrent, subuertit. Atq; om̃ia quidem huiusmodi uel ante nostram admonitionem sibijpsi quis excogitabit, unum scilicet ubiq; destinãs, nempe ut quoad fieri licet, iucundissimum fiat medicamentum, sed tamen uirium eius utilitate seruata. Non enim hanc, dum iucunditati studetur, solui iubeo. Vbi igitur circiter duos uel tres primos dies ita præparatus homo est, non incommodũ fuerit etiã consuetis eũ exercitatiõibus admouere: animaduersis prius tum coloris bonitate, tum alijs notis quę in præcedentibus sunt comprehensæ. Nam si omnia cõmodè se habere uidentur, plenè exercitandus est. Sin minus, etiam ante mediocritatem desistet ac in prius dictis tum uictu, tum medicamentis eo die habendus: postridie rursus exercitationi dandus, super ijsdẽ tum notis, tum scopis, ut cum omnia ex sententia, commodaq; appareãt, ad eandem uictus rationem reuoces, cui ante insueuit q̃ lassitudinis symptomate urgebatur.

XIIII Quoniã uero & acopo, quod ex abiete fit, uti expedit ijs qui in carne & tota corporis mole succos congesserunt, qui aut cõcoqui desiderent, aut per halitũ digeri: nõ ab re fuerit eius quoq; cõpositionẽ apponere. Est igit̃ abietis pulcherrimũ semen circa Arcturi emersum, quo tẽpore Romæ Septẽber mẽsis est, apud nos uero Pergami Hyperbereteus, Athenis mysteria. Id semẽ cõijcere oportet in oleũ quolibet anni tẽpore. Nullum enim in ea re discrimẽ est. Melius tamẽ fuerit, si id contundas prius quàm inijcias: quãdo ita citius oleũ sua qualitate uicq; inficiet. Erit id spatiũ dierum minimũ quadraginta. Nos uero sæpe & tres, & quatuor, etiam multo plures menses macerari permisimus: sic deinde semẽ abiecimus: humidũ uero linteo percolauimus. Esto uero eius generis oleum, cui relaxandi uis insit: cuiusmodi in Italia Sabinum est. Conijcies autem in quinq; & uiginti heminas eius seminis modium Italicũ. Esto autem & hemina ipsa Italica: quam utiq; & libram nominant. Vbi uero maceratum in eo semen fuerit, multo planè minus redditur. Ei igitur quod reliquum est, idoneus ceræ modus erit, si quatuor libras immiseris, resinæ uero abietinæ libræ unius partem tertiam. Id æquat drachmas trigintaduas. Inijcies uero & pineæ resinæ tantundem. Quòd si harum copia non sit, earũ loco terebinthina utendum. Coques uero commodius hæc in uase duplici, aut certe igni lento, qualis prunarum est: quæ tamen nec ipsæ multæ esse debent. Medicamen hoc aptissimũ est ad omnẽ lassitudinem, seu sponte ortam, seu alia quauis ratione contractam. Vtile sanè medicamentum est & quod ex populi floribus fit. id tale est, Ex floribus populi adhuc conniuentibus modius Italicus in quindecim aut uiginti libras Sabini olei immittit. Si id pręsto non est, simile aliquod præparandum oleum est. Dictum uero in pręcedentibus est, simile esse quodcunque tenue est, nec ullam adstringendi uim habet. Magis uero ad rẽ pertinebit, & si modice contritum ipsum florem in oleum conijcies. Quòd si quotidie medicamentum dimouebis, idq; potissimum cũ sol feruebit, ac in domo calida repones: celerius ita magisq; tum qualitas populi, tum uis

A in oleum migrabit. Itaqꝫ post binos ternosúe men
ses potes flore expresso atqꝫ abiecto habere oleũ
quod sine ulla morsione per halitum digerat, idqꝫ
nihilominus quàm abietinũ. Quinetiam ceræ &
resinæ tantundẽ inijcere licet, quantum paulò an
te in id quod ex abiete confici diximus. Siquãdo
uero humidum id quod exprimitur, crassius uide
bitur, sat fuerit uel quintam partem ceræ adijci, ne
dũ quartam. Ego uero etiam sextam me addidisse
scio, ubi & oleum crassum erat effectũ, & qui usu-
rus erat, liquidiore medicamento delectabatur.
Nonnulli diu macerari tum flores, tũ semina non
ferentes, partim ea pręcoquere in oleo coguntur,
partim aquam inijcere: utiqꝫ qui cautiores sunt,
quò uidelicet nec torreantur quę sunt iniecta, nec
oleum ustionem odore referat. Qui uero his ma-
B gis sunt curiosi, in duplicibus ijs uasis coquũt. hoc
fit cum in lebete in quo sit aqua feruens, inseritur
exiguum uasculũ in quod fundi oleum debet. Id
quod sanè et nos facimus, non tamẽ ad semina flo
resúe coquẽdos: (quippe hac coctiõe minime e-
gemus, propterea ꝙ ea diu maceramus) sed tum
cum in conficiendo medicamento ceram & resi-
nas liquare in lebete paramus. Qui uero celerius
ea præparare cogitur, hunc necesse est & ut prædi
ctum est, præcoquere, & ne torreantur, aquam ui
numúe iniјcere. Atqꝫ ad ea quidẽ de quibus nunc
agitur, utilior aqua est: uinũ uero ad podagricos
affectus, &, unò uerbo, articulares. Porrò sufficit
tantulum aquæ admisceri, quantũ coquendo to-
C tum uanescet. Is modus erit, si quadruplũ eius aut
quintuplum oleum sit. Ergo & hęc medicamenta
succos quicunqꝫ non crassi, nec lenti in carne cu-
teqꝫ resident, euaporãt: & ad hæc quod ex chamę
melo fit oleum, tum ipsum solũ, tum uero cera resi
naqꝫ adiectis. Quorum modus hic quoqꝫ satis erit
idoneus, si ceræ pars quarta, resinæ duodecima sit
immista. Sicui uero nullius horum quæ memora-
uimus, oleorum copia sit, huic anethinum præpa
rasse est facillimum. Potest uero & id medicamen
tum per halitũ digerere, siue solo eo, siue cum ce-
ra resinaqꝫ utare. Danda uero opera est, ut in uase
duplici & anethinum coquatur. utiliusqꝫ fuerit si
anethum uiride sit. Quod utiqꝫ siquo tempore re-
quiris, competet, maturũ id esto. Iam sampsychi-
D num oleum, hyeme & regione frigida, ac tempe-
state simili idoneum medicamentum est. Habeto
uero ceram ac resinam id quoqꝫ, si præsertim ma-
nere id super uncto corpore diutius studes. Simili
ratione rosmaris herba oleo incoquẽda. Quòd si
nec ea sit ad manũ: betæ albæ radix, & cucumeris
agrestis, & altheæ, & uitis albæ, efficaciter euapo
rant, ubi suam ipsæ qualitatem uiresqꝫ in oleo ali-
quo similis facultatis dimiserunt. Quodcunqꝫ ue-
ro sic præparatum oleum est, in id si uel ceram so-
lam, uel cum ea resinam iniјcere uoles: non solum
pulcherrimum, sed etiam quod in loco bene hære
bit, unguentũ facies. Abũde autem omnino erit,
si ceræ quartam partem, resinæ duodecimam inie
ceris. Si uerò etiam duas resinas iniјcies, nẽpe abi
etinam, ac pineam, quã στροβιλίνην græcè uocant,
aut tertiam super has terebinthinam, aut etiã, hæ
si desint, liquidam pini resinam: sic quoqꝫ medica
mẽtum feceris, quod euaporandi uim habet. iam
hę si desint, aut ea quæ in fictilibus habetur resina
miscenda, aut quam φρύκτην Græci dicunt, id est
frixam. Nec ignoro tamen has supradictis imbe-
cilliores, cæterum non omninò contemnendas.

XVI Cũ uerò reliquus lassitudinis affectus sit,
in quo supra ulcerosum sensum copia crudorũ in
toto corpore cõgesta est: de hoc quoqꝫ dicendum
est. Nec est inuentu difficile quemadmodũ emen
det, siquis ea quæ dicta sunt, sequatur. Si enim ubi
in primis uenis crudi succi copia est, dissecandum
nobis eum esse, cõcoquendumqꝫ diximus, cauen
tibus semper ne in habitũ corporis traducat: ubi
uerò in extremis uenis & corporis habitu resedit,
& concoquendum pariter, & per halitũ resoluen
dum: nimirum quibus ambo inciderunt, in ijs am
bæ rationes sunt miscendæ: atqꝫ id, siquidem pari
noxa urgere uidebũtur, æquali utriusqꝫ respectu.
Sin alterum prægrauat, utiqꝫ totius curationis stu
dio in id propenso: nec tamen altero quod minus
est, neglecto. Miscebis autem utriusqꝫ curationẽ,
ad hunc modum: Non enim ab re fuerit exemplo
aliquid de hoc egisse. Suasimus ijs quibus in pri-
mis maximè uenis crudi succi congesta copia est,
simplici dia trion pipereon medicamento uti. Er-
go si nõ modò in his, sed etiam in omnibus uenis
sit, superqꝫ in ipsa carne: in principio curationis ip
so dia trion pipereon utendum, sed cui admistum
petroselini tantum sit, quantum anisi, & thymi, &
gingiberis habebat: post primum uerò diem, ma-
gisqꝫ etiam post secundum miscendum eidem est
aliquid diacalaminthes. mox uerò partes ęquè mi
scẽdę: procedente deinde tempore, ipsius diacala
minthes plus addendũ: ad extremum uerò etiam
solum exhibebitur. Ad eundem modum & in reli
qua omni uictus ratione, quoties pares affectus
sunt, miscẽdæ eorũ medendi rationes sunt, sed ita
tamen, ut inter initia potiores medendi partes ijs
præstentur quæ in primis continentur uenis: in fi
ne uerò, ijs quæ in carne: medio inter hæc tempo-
re ambæ rationes æquabiliter miscebuntur. Hæc
igitur & prædicta à me sunt, & patere iã arbitror
qua ratione corrigi oportet, quod peccatũ in suc-
cis est, prius ꝙ hominem morbus occupet. Ex ijs
enim quæ in ulceroso affectu retulimus, cũ adiun
ctus uitioso succo est: ratiocinari licet & de alio
quouis, cum solus constiterit. Ac de primo quidẽ
lassitudinum genere, in quo pũctionis quidẽ sen-
sus omnes animalis partes infestat, ac cæteris ui-
tiosi succi redundantijs, quæ corpori uel solæ, uel
cũ lassitudine accedunt, fermè diximus uniuersa.

XVII De ea uero lassitudine quę à nobis tẽsio
nis est appellata, deinceps agamus. Atqꝫ hanc qui
dẽ cum citra exercitationẽ constiterit, abundan-
tiam indicare aliquã, quæ solidas animalis disten-
dat, tum alijs quibusdam probatis uisum est medi
cis, tũ non in postremis Erasistrato. Vbi uero san-
guinis redũdantia grauat, dictum (puto) supra est
optimum esse uel uenam incidere, uel malleolum
scari-

scarificare. Resumendus uero idem & nunc sermo est uel Erasistrati causa, qui nec in alio quouis, neq; uero in hoc affectu sanguinis detractione est usus. Ac quòd in saluberrima quidem natura, de qua sermo habetur, licet alia quoq; ratione eiusmodi redundantiã emittere, dictum supra est. In uitiosis nanq;, in quibus uidelicet uel in cerebro, uel in spiritus instrumentis excrementũ subsistit, quantum discrimen aditur si sanguinis detractione omissa, alia uacuãdi ratione utare: dicetur alibi in sequẽtibus libris, ubi de uitiosis corporum statibus agemus. Sed & dictum iam est in libro quem de sanguinis missione scripsimus contra Erasistratum. quo minus hoc loco longior de his habendus sermo est.

A

XVIII Sed ad reliquum & tertium lassitudinis genus, cum sponte oritur, transeundum: quod in superioribus phlegmones similitudinem repræsentare diximus, & propter doloris magnitudinem, & quòd cum euidenti calore etiam musculos in maiorem molem attollat. Hæc lassitudo ne paucis quidẽ horis, nedum duobus tribusúe diebus, eodem tenore consistit, prout Erasistrato placet: sed statim febrem accendit uehemẽtissimam, nisi sanguinis detractione malo prius sit occursum. Quinetiã calidissimus est in huiusmodi lassitudine sanguis: eiusq; plurimum detrahi postulãt qui ea premuntur fere omnes. Non pauci uero eorum febricitant etiam si sanguinem detraxeris. Itaque nec cunctari, nec parum detrahere conuenit, sed & mature educere, & nisi quid aliud uetat, ad animi defectum usq;. Optimũ uero fuerit, bis eodem die, si fieri potest, detrahere. Ac primum quidem ita mittere expedit, ut animi defectũ homo non adeat. Secundo uero ne defectus quidem ipse est formidãdus. quippe qui priore detractione resolutus est, secundam sustinere haud poterit. In hac uero siquid tale homini incidit, facile reuocabitur. Qui uero sic affecti sanguinem nõ miserint: hi si euaserint, utiq; fortunæ beneficio id acceptũ ferẽt. Sed nec euadent: nisi alia quapiã ratione leuentur, aut sanguinis è naribus profluuio, aut largo sudore effuso. Porrò æstimare diligenter oportet qui sanguinẽ sunt missuri, in thorace ne, dorso, & lumbis tensio pulsansq; dolor figatur, an in capite potius & collo. His em̃ affectis humeralẽ uenam diuides: maxime si repletũ caput & calidum sentiunt: illis uero internã. Si uero omnino æquabiliter lassitudo corpus occupat, ambarũ mediã. Ac si ab incisa quidẽ uena febrire cœperint, alterius est artis his prospicere. Sin aũt tũ non febricitẽt, primo die post incisam uenã aut ptisanæ succũ aut sorbitionem ex alica solum dabis. Secũdo uero etiam lauare licet cum copioso oleo. nutrire uero tametsi laueris, plane moderatissime debebis, lactucæ, si placet, aliquid offerẽs, uel (si sit) cucurbitæ & ptisanæ. Est & alica non inutilis, siue hanc aceto ut ptisanam condias, siue etiam sine aceto. Si cucurbitę copia nõ sit, malua betaq; & lapatho & atriplice est utendum. Quòd si carnẽ quoq; gustare uelit, saxatiles pisces uel oniscos in albo iure bene elixos dabis. Voco ius album, cum sine garo, magisq; etiã sine superuacua conditura, cuiusmodi καρυκύαν Græci uocant, præparatur, anetho saleq; cũ oleo & porri exiguo in aquã coniectis. Vino autẽ utiliter etiã ipso secũdo die parcet: tertio uero, siquidẽ aquæ potionem facile toleret, tunc quoq; uino abstinebit: si non ferat potissimũ quidẽ apomeli dabis. quippe leuiter refrigerat ea quoq; potio: quo utiq; indigẽt quæ phlegmones sensum habent lassitudines. Hoc si nõ sit, albũ & tenue uinum offeres: aliaq; pro ratione reficientia exhibebis, quæ ut boni sint succi, ita minime calfaciant. Cauendum uero præter cætera est ne propere & multum, non sensim & paulatim renutrias. Quippe qui post huiusmodi exinanitionẽ ad pristinam diætã protinus redeunt, ijs corporis habitus crudis succis impletur: quos nimirũ anteq̃ cõcocti commode in uentre uenisq; sunt, corporis moles ad se rapit. Et hæc quidem lassitudo cõmodissime ad hunc modum curatur.

B

XIX Quam autẽ ob rem in ijs qui hac premuntur, iterari sanguinis detractionem iubeã, nec hos multum ac simul reficere: satis profecto fuerit uel Empiricorũ causam reddere: nempe q & magis iuuantur quibus sic est emissus, & bona ualetudine diutius fruuntur qui sicut comprehensum est sunt tractati. Cæterum & quæ ex natura rei ducit indicationem apposuisse nõ sit alienum. Quoniã igitur in hac quæ ueluti phlegmone fatigat lassitudine, uis calidi sanguinis congesta in corporis mole est, uenæ autem sectio succos è uasis emittit, utile est post priorẽ detractionẽ tantisper intermittere, dum aliquid eorũ qui in corpore sunt humores, remigret ad uenas. Quod tamẽ quoniam committendum non est ut in his maneat, utpote ex dimidio corruptum, sed potius plurimum eius expellatur: idcirco detractionem sanguinis etiam secundo die iteramus: aliquãdo uero & in tertio, ubi uidelicet & reuellere, & ex alijs in alia transferre uisum est conducere. Dictum uero de omni eiusmodi ratione exactius est in ijs quæ de sanguinis detractione scripsimus. quæ nunc ideo recensendi locus non est, q & ad medẽdi artem magis pertinet, & in hoc ipso fortasis opere plenius de sanguinis misione sumus acturi.

C

XX Reliquum ergo est ubi docuerimus nõ esse à sanguinis misione festinanter reficiendũ, hic librum hunc finiamus. Præsumetur autẽ & ad huius sermonis fidẽ, quiddam quod in opere de naturalibus potẽtijs est demonstratum. Ibi enim ostendimus, omnibus ijs quæ propria natura regũtur, uim quandam esse insitam qua similes quibus alantur succos posint attrahere. Demonstratum præterea est, ubi proprio & commodo nutrimento destituuntur, urgeri uel non commodum rapere. Tale porrò est quod nondum in uẽtre uenisq; concoctum est. Ergo necessum est cum homo largius se cibis impleuerit, eo casu crudi succi plurimum in corpus animalis rapi, idq; multis de causis, & quòd deterius in uentre uenisq; concoquit quod copiosius est, & quòd multum in corporis

D

molem ideo subit, quia multum superest, & quòd citius etiam quàm par est, propterea quòd uenter uenis, uenæ reliquis omnibus animalis partibus rapi quod nondum confectum est, permittunt. Quod adeo non facerent, si id exiguũ esset quod ipsę haberent. Demonstratũ est enim partes ipsas ex alimento primũ sua portione frui, mox cæteris transmittere. Ergo ultima præcipuaq; noxæ causa est ijs qui sic sunt affecti, quòd quæ in corporea animalis mole habẽtur partes, ubi multum semicoctumq; attraxerunt nutrimẽtum, non paruam excrementorum uim ex ea re congerunt: cũ neq; perinde ac si bonum esset, cõcoquere id omne ua lent, neq; etiam ut cum corpore coalescat & assimilet, efficere: immo parũ prospere singulas functiones obire post uitiosum multumq; nutrimen tum par est. Similiter enim his euenire necesse est ut uentri cum abundantia male præparati cibi est refertus. Male præparata uoco, quæ elixari torreríue debentia, iustum in his finem non sunt conse cuta. Ergo siue panis non satis est coctus, siue caro legumenúe intra modum elixum, fieri nequit ut hæc uenter probe concoquat. Eadem uero ratione se habent quę in uentre male sunt confecta, ad secundam concoctionem quæ agitur in uenis: qua male præparati cibi, ad cõcoctionem quæ est in uentre. Quinetiam quæ in uenis male sunt con cocta, sic se habent ad concoctionem quæ agitur in carne, quemadmodum se habebãt cibi ad eam quæ est in uentre: & quæ ex hoc distributa, ad eã quæ est in uenis. Ergo nec ueter externa quæ sum psit, exacte concoquit, nec uenæ hæc quæ à uentre excipiũt. Sed nec carnes quæ ex uenis, ubi probe ante non sunt confecta. Atque interim excrementi copiam in corpore prouenire est necesse. Ac rem quidem omnem, ut breuissime licuit, iam diximus. Quòd si quis dictorum cuiusq; certam ex demõstratione sciẽtiam cepisse uelit, is librum de naturalibus uirtutibus legat: in quo primũ illud liquidò demonstratum est, uentrem sua ipsius causa nutrimentum suscipere, ut eo tum fruatur, tum quod sibi desit, suppleat: eoq; amplecti id un diq;, ac retinere totum, quoad se satiauerit. Secun do illud, eundem ubi ali præterea non desiderat, imam sui partem (πυλωρὸν Græci uocant, id est portam) recludere, ac quod ciborũ superfuit, exprimere, pessumq; ceu alienũ onus trudere. Dein de quòd ipso trãsitu per intestina, ac potissimum tenuia, uenæ quæ huc pertinent, alimentum ad se rapiunt, quod ex mora quam in uentre habuit, & alteratũ, & animali magis idoneum est effectum: mox in ipsis uenis quoq; ab alia in aliã tradiť, ad eundem modum quo ex uentre in uenas. hinc uero iam planè cõfectum in singulas pertrahitur animalis partes: ubi tertiam concoctionẽ nactum, ipsi alendo corpori assimilatur. Hæc siquis ex eo libro colligat, nihil est quòd causam amplius requirat cur multi habitu corporis exinanito, nisi sensim renutriãtur, plurimum excremẽtorum in toto eo congerant, atq; ex his nõ leuiter ægrotẽt.

ARGVMENTA LIBRI QVINTI DE SANITATE TVENDA

Cap. 1. Excusat operis prolixitatem, reprehẽsis ijs qui nimiũ anguste & indistincte de sanitatis cõseruatione scripserunt. Per magnam enim esse in corporum temperamentis differentiam, quibus omnia diuersa conueniãt. Item huiusmodi scriptores plærosq; ne seipsos quidem à morbis uendicare potuisse. Morbum autẽ in medico nullum esse excusandum, nisi qui ob euentum aliquem necessarium contigerit. Item huius artis diligentem asseclã, cui uita sit libera, ab omnibus omnino morbis intactum permanere posse. 2. Rursus contra indistinctam breuitatem quorundam qui de hac arte scripserunt. Quibuscunq; ars hæc salubris sit contempta, eós uel turpiter, uel misere, magnoq; cum cruciatu uitam degere. 3. Repetuntur per summa capita breuiter quæ superius de sani corporis conseruanda corrigendaq; (si forte parum sit lapsum) sanitate dicta sunt. Contraria contrarijs emendanda. Considerandæ igitur sunt causæ propter quas corpus uel gracilius euadit, uel mole maius, uel siccius, uel mollius (mollis & humidi differentia) uel humidius, uel durius, uel sicci us. Causas singulis Galenus adnumerat. Tres curationum scopi communes, sanis ad conseruãdam, ægris ad restituendam sanitatem. 4. De senectutis exercitijs & frictionibus, quibus ea ætas præ cæteris sine interpellatione indiget. Gymnasiorum ideæ senibus congruentes iudicandæ: 1. à totius corporis habitu: 2. à consuetudine: 3. ab affectibus ipsis. 5. Per digressionem docet, in senibus imbecillas partes minus exercendas esse, in alijs autem ætatibus magis: cuius rei exem plũ in crurũ gracilitate pueri tredecim annorũ propcnit. De pingui puluere. De brachiorum & cubitorũ gracilitate. Magna senum in robore differentia, & quæ quib. frictio exercitatioq; conueniat. 6. Senectutem inter sanitatem & morbum mediũ quendam esse statum: & uictus in ea rationem similẽ esse debere eorum, qui à morbo reficiuntur, analepticam uocant. Qualis eis conueniat frictio & cibatio. Item de medici Antiochi, & Telephi grammatici senum ratione uiuendi. 7. De uaria diuersorum uinorum natura, & differentia secundum regiones, colores, substantiam & sapores. Plura de uinis subflauis tum tenuibus tum crassis, &c. Vsus dulciũ uinorum. De conditis melle, cum modico pipere & ruta, uel cum petroselino ad senes arthriticos, aut etiam betonica ad calculosos. De cibo & potu ante & post balneũ. 8. De cibis obstruẽtibus, qui senibus sunt noxij: & obstructionum remedijs, Theriaca, Ambrosia, Athanasia, &c. Itẽ qualis bonus panis esse debeat. Panis athletarum. 9. Lacte utentium exempla in diuersis temperamentis. Lactis noxæ, & commoda. Lac à pascuis nõ paruas qualitates sortiri. de caprino & asinino lacte. Apologia quare pluribus de uino & lacte docuerit. 10. Quæ in alijs libris tradita sunt ad senes spectãtia nihil attinet hic fusius repetere: præcipue de senũ morbis, quorum causas curationesq; é therapeutica Metho do peti licet. Ita neq; senis temperamentum rursus hic est opus frigidũ siccũq; ostẽdi, sed hypothesi aliâs demõ strata usos in particularib. differẽtijs curã & uictus ratione ostendere sufficit. Quale sit corpus senis: Error eorum qui id humidum putant ideoq; exiccandum: & erroris causa. Communia enim neq; omnino sunt prætereunda, neq; rursus, utpote in alijs libris late enarratis, ipsis est immorandum. Scopum in senili uictu semper sibi debere humectationẽ, & calfactionẽ proponere. 11. Vrinam & aluum quo pacto cieri conueniat in senib. De mercuriali, brassica marina, cnico, resina terebinthi. Variãda esse medicamẽta. Medicamẽ è carycis & cnico

cnico. Copiosum ne det quod uetre subducit. 12. Se nescedi causam omnib. esse frigidũ & siccũ tẽperamẽtũ: quarum contrarijs qualitatibus senium differtur, & salubrius cõseruatur. Senectæ ex morbo omnis ratio medendi pendet à cognitione naturæ corporis & medicaminum. 13. Exemplum de puero, cuius thoracem intẽperatũ per exercitia tẽperiei restituit ita docẽs imbecillas partes increscentibus præcipue firmari posse, in adultis etiam aliquid profici: At in senibus tentari non oportere, sed in omni re cõsuetudinem ipsis quanquam paulo deteriorem relinquendam: pueris & iuuenibus non item. 14. Non exiguum in senibus temperamenti discrimen interest. Quare non ex æquo omnes humectare & calfacere decet, sed audacius qui per ætatem exercitijs magnis sunt ferendis, cæteros minus. Nota quod ab ætate indicatio sit curationis: Est enim ea sumenda ab ipso affectu primum & præcipue: ætas autem, consuetudo, causæ procatarcticæ & huiuscemodi, uiam solum & coniecturam ad ipsum affectum exactius cognoscendum præbent: quo quidem cognito, & remediorum uiribus, contraria contrarijs in ægro corpore adhibens medeberis: in sano autem prorsus, similia similibus adhibendo, conseruabis. Nisi quæ intemperies sit adhuc intra sanitatis latitudinem sita. hæc enim quoque contraria uictus ratione corrigitur idque per otium fieri debet, in negotijs uero nihil de consuetudine mutetur. Natura ipsa ferè uictum conuenientem, nempe intemperiei contrarium homines eligunt, donec ad pristinam quisque temperiem (quæ forte frigidior aut calidior est) redierit: Medicus uero ὑγιεινὸς ultra etiam ad temperamentum usque, quoad fieri potest, progredi iubet. Premigenes Mitylenæus, contra syndromas empiricas. 15. In superiori capite gene

A ralia corporum omnium curandorum præcepta docuit, Nunc docet ea in singularibus particulatim uariare, reprehensis ijs qui præcise, absolute, & indistincte salubria præcepta scripsere.

16. Exercitium non accipiendum esse pro quocunque motu: neque calidiores naturas, quibus exercitijs interdicitur ab Hippocrate, omnino desidiam sequi debere, &c. Quibus exercitia conueniant, quibus non. Et rursus contra imperitos sine ulla distinctione scriptores. 17. Repetitio determinationum, quæ quibus in diuersis temperamentis conueniant, aut minus. Primo calidis & siccis aliud quam frigidis & humidis conuenire: Deinde de frigidis & siccis paucula, Postremo de calidis & humidis prolixius: & quòd in uere eis conueniat phlebotomia, aut eius loco purgatio ita mixta, ut diuersos simul humores educat. Corporibus plenis balnea & exercitia non conuenire.

18. Exponitur illud Hippocratis in libro Epidemion calida temperamenta aquæ potionem desiderare: non absolute dictum esse, sed de naturis summe per

B intemperiem calidis. Proponit igitur Galenus multas calidorum corporum differentias. Alij enim calido naturali & innato abundant, alij contra naturam aucto. Quorum his nullum conuenit, illis mediocre uinum. Alijs calor auctus est cum siccitate, uel humiditate, quorum neutris uinum est utile. Alijs calidius quidem est corpus, sed humiditate, siccitateque temperatis, quos exiguum & dilutum conuenit bibere. Exponitur axioma, Contraria contrariorum remedia. Tandem triplex senectutis gradus describitur, Crudæ uiridisq;, extremæ & mediæ senectæ, de qua potissimũ hoc lib. locutus est Galenus.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER QVINTVS.



QVINTVM De sanitate tuenda librum ingrediens, siqui forte erunt qui prolixitate operis nostri grauabuntur, hos primum solari uolo. Nõ enim nostra id culpa euenit: sed propositæ rei natura. Si enim fieri potest ut qui breuibus longam contemplationem absoluit, nihil necessarium omittat: fateor errorem meum, ceu nulla necessitate ambages secutus sim. Sin clarius simul breuiusque differi de ijsdem non potest, nemo nos merito accuset, sed ipsos potius qui eorum quæ necessario sunt, non pauca prætereunt. Est uero illud simul ex maxime necessarijs,

D simul ueluti elementum totius artis quæ ualetudinem tuetur, quòd numerosę hominum sunt naturæ, prout in confesso est omnibus tum medicis, tum gymnastis. Quorum tamen plurimi ita de ualetudine tuenda scribunt, quasi de uno homine agant: idq; ne uno quidẽ ostenso quem prius iuuerint: quanq; non unum, sed multos, quos morbis prius assiduis implicatos, ipsi postea multis annis in sanitate sua opera seruassent, indicasse, ac sic ad scribendum accessisse par erat. At nos ipsis rerum effectis id ostendimus: & ijs qui prius assiduis premebãtur morbis, inde adeo q; sanitatis præceptis

C paruissent, in omni integritate seruatis, sic demũ de ipsis scribere sumus aggressi. Quippe alios exercitari in totum uetuimus, istis uidelicet exercendi corporis causa susceptis, ac solis uitæ actionib. cõtentos esse suasimus. Alijs de multitudine exercitationum demere aliquid iussimus. Vt totũ breuissimis cõplectar, alijs qualitatẽ tantũ, aut ordinẽ, aut tẽpus, alijs uniuersam earũ mutare speciẽ iniũximus. Aeque uero de balneis præcipientes, utiq; q; aut omnino his supersedendum esset, aut sæpius quàm ante utendum, aut rarius, aut ante cibum tantum, aut etiam post cibũ, aut calidioribus quàm ante, aut magis tepidis, aut frigidioribus: prorsus omnis morbi expertes multis annis reddidimus. At nihil horum facere licuisset si neq; naturales corporum differentias compertas habuissem, neq; debitam cuiq; salubrem uictus rationẽ. Nonnulli uero ex ijs qui de sanitate tuenda literis produnt, aut etiam sine scriptis de ea præcipiunt: ne seipsos quidem defendere à morbis perpetuo potuerunt. Ita cum à cauillantibus tum alia quædam, tum uero uersus ille obijcitur, ἄλλων ἰατρὸς, αὐτὸς ἕλκεσι βρύων. (id est, Alijs medens, at ipse ulceribus scatens) alij id negocijs imputãt, alij ob intemperantiã se ægrotare fatentur. sed horũ magis improba me iudice defẽsio est, q; ipsum quod obijcitur crimẽ. Qui uero ijs quę in uita incidunt,

causam tribuunt, siquidē diaria febri laborant, ex æstu, frigoribus, lassitudine, aliisq́; id genus occasionibus: hos uindicare à culpa decet. sin alia qualibet, minime. Quippe nec ipsi omino sine febri exegimus, immo ex lassitudine nonnunꝗ febricitauimus: nullū alias morbum multis iam annis experti. Quinetiā percussus certis corporis partibus unde alij phlegmonis bubonisq́; cōtractis febricitarunt, ipse nunꝗ phlegmonen bubonémue sensi, nec febri laboraui: nō aliunde certe ꝗ ex seruandę sanitatis arte tanta commoda consecutus: cum alioqui nec salubrē corporis statum ab ortu ipso sim nactus, nec uitam plane liberā sortitus, sed in qua tū artis officijs seruierim: tum amicis, cognatis, & ciuibus, in pluribus inseruierim: tum plurimam noctium partem, nonnunꝗ ęgrotantiū ipsorum causa, semper autem dulcedinis studiorum gratia peruigilauerim: nec tamen ullo sensi me ex corpore proficiscente morbo tentatum multis annis, excepta (ut dixi) diaria quandoq; febri: (quæ tamen & rarissime, nec nisi ex lassitudine incidit) quamuis in puerili ætate, atq; etiam tum in ephebia, tum adolescentia, morbis nec paucis, neq; his leuibus premerer. Sed post octauum & uigesimū annum, cum persuasissem mihi esse conseruandæ sanitatis rationem quādam: præceptis eius per totam deinceps uitam parui, ita ut nec minimo morbo post laborarim, nisi forte (quæ tamē rarius incidit) diaria febri: cū alioqui liceat hanc quoq; in totum effugere siquis liberam uitā sit nactus: ueluti in superioribus iam ostendi: fietq́;, si quis animum aduertat, etiā clarius in ijs quæ mox dicam. Illud enim affirmare ausim, ne bubone quidem laboraturos eos qui præparati ad sanitatem ad unguem sint, si modo eorum corpus ab utroq; excrementorum genere uacet, et eo quod in quantitate consistit, & eo quod in qualitate.

II Atq; ad eos quidem qui nunc sanitatis tuendæ præcepta dicto scriptóue profitentur, uel hæc satis arbitror. Prioribus uero, quosq́; nec seipsos extra morbum perpetuo, nec eos qui ipsis paruissent, seruasse aut aliorum relatu audiuimus aut ipsos in scriptis suis tale quippiam iactare ausos: ne contradicendum quidem censeo. Mirandum certe potius arbitror siquis eorū uniuersam sanitatis tuendæ artem uno libro cōplecti est pollicitus, præsertim non (sicut Hippocrates) in primis & summis capitibus methodum indicans, sed sicut nos, omnia rationibus firmans. Ac prolixitatis quidem sermonum nostrorum causa iam dicta est. Quisquis autem honesti probiq́; studiosus est, ac pro ijs quæ optima sunt, diligens: hunc decet non tam artis huius lōgitudine grauari, quàm magnitudinem eorum quæ promittit, suspicere. Nam qui, quæso, non magna illa mirandáque artis opera sunt, sicui non ab ipso ortu imbecillum corpus fuit, hunc & ad plurimam perduxisse senectutem, & sensibus illæsis, ab omni prorsus morbo doloreq; alienum atq; integrum perpetuo seruasse? Ego uero etiam nonnullos quibus salubre admodum firmumq́; natura corpus erat, uidisse mihi uideor permultis morbis afflictos, ac postremo immedicabilibus malis in senectute saltē oppressos: quos tamen fas erat, quod ex naturali habitu fuit, tum sensibus omnibus illęsos, tū reliquis corporis partibus sanos ad ultimam usq; durasse senectutem. Quonam igitur pacto turpe non sit, qui optima natura sit præditus, hunc ob podagrā ab alijs gestari, aut calculo iam cruciatum, et colo, & ulcere in uesica ex cibis mali succi cōtracto, doloribus contabescere? Quomodo rursus non turpe sit propter articularem morbum suis ipsius manibus uti non ualentē, alienis egere quibus ori cibos admoueat? & quibus sedē detergeat, ubi uentrem exonerauit? Satius enim sit, sicui ullum omnino pectus est, sexcenties malle mori, quàm tali uita uiuere. Quòd siquis tam impudens simul delicatusq́; est, ut turpitudinē suam negligat: at dolores quos noctes diesq́; ex uitijs suis sustinet, nō aliter ꝗ qui à carnificibus torquentur, certe contemnendi non sunt: tametsi certe hæc omnia uel intēperantiæ, uel ignorantię uel utriq; imputent oportet. Verum intemperantiæ corrigendæ hic locus non est. Ignorationi eorum quæ agenda sunt, hoc opere (ut spero) medebimur, scilicet pro quauis corporum natura, propria sanitatis tuendæ ratione apposita. Initium uero mihi rursus ab optima natura iustum erit: ad cuius curationem omne cōsilium dirigitur, non eò ut corrigatur, sed ut in statu suo seruetur. Id quod ipsi hactenus fecimus: qui de ea per singulas ætates præter inclinantem (παρακμαστικὴν Græci uocant) egimus. Cuius extrema pars senium proprie dicitur, ipsum quoque in suas partes diductum, ut post dicemus ubi ea pars artis tradetur quæ de senibus curandis agit: γηροκομικὴν Græci uocant.

III Verum nunc saltem præcipuis eorum quę dicta sunt, repetitis: ad uitiosas corporum naturas trāsibimus, ac quemadmodum cuiusq; earum seruari ualetudo possit trademus. Ergo optimum corpus ad sui custodiam hæc in qualitate, quantitate, & facultate postulat. In exercitationibus, quę moderatæ mediocresq́; sunt, quæq́; singulis corporis partibus æquabiliter sint adhibitæ, idque omni uitato excessu: aut sicubi in quoquam dictorum sit erratum, errore correcto. In edendorum uero bibendorumq́; natura, similiter in qualitate, quantitate, & facultate, hic quoque scopus esto ipsa mediocritas, ut nec plura nec pauciora capiat quàm quæ ubi concocta distributáque in corpus sint, idemq́; bene nutrierint, ac si opus sit augescentibus adhuc, mediocre quippiā adiecerint: nihil relinquent quod uel superuacuū sit, uel deficiens. Ad eundem modum in somno, uigilijs, balneis, animi actionibus, et alijs id genus, mediū omnis excessus seruari debebit. Quòd si in aliquo sit erratū, corrigendus error est. Porrò omīs corrigēdi erroris cōmunis est scopus, cōtrarij excessus usurpatio: ita ut si plusculum pridie fatigatū corpus est, demas aliquid de exercitationum modo. Sin minus iusto se exercitauit, ut exercitij modū augeas. Eodē pacto si cōcitatiore motu est usum, ut

ut hunc modice remittas. Sin remissiore, ut intendas. Simili modo si robustior motus præcessit, ut pro hoc mitiorem iniugas: pro leuiore contra qui ualentior sit, & pro languido uehemẽtem, & pro uehementi contrarium: & uno uerbo, ut omnem excessum contrario excessu corrigens, in sanitate hominem custodias. Vt autem corrigendo nõ erres, primum corporis affectus ad unguem scire oportet, deinde omnium eorum quæ priore die facta uideris, meminisse. Nam affectus quidẽ quod delictum sit docebũt. Recordatio eorum quę pridie sunt acta, quantum tibi à consuetis recedendũ sit, insinuat. Atq; in affectibus quidem eiusmodi excessus uideas, quòd aut gracilius, aut obesius, aut durius, aut mollius, aut siccius, aut humidius, aut rarius, aut densius corpus quàm ante apparet, cum eo etiam ꝙ nec naturalem coloris gratiã ad unguem seruat. Memoria uero factorum, et quod peccatum est, ostendet: & prout corrigetur, ex præsentium collatione docebit. Nam si gracilius redditum corpus sit, æstimare oportebit, atque ad memoriam reuocare, plúsne quàm par erat, exercitando fatigatus homo sit, aut cõcitatiore motu usus, aut fricãdo lauandóue modum excessit. Ab his mox considerare, nimiáne cogitatiõe sit usus, aut nimium uigilauerit, aut per aluum lõge plura iusto deiecerit. Expendi etiam debebit num domus in qua uersatus sit, calidior fuerit, aut parcius comederit uel biberit, aut ueneri liberius indulserit. Sin obesius uisum corpus sit, nũ frictio mollior, aut exercitium parcius aut tardius, aut somnus longior, aut uenter adstrictus, aut ciborum copia optime concoctorum pręcesserit. Si uero durius quàm ante corpus apparet primum frictionum meminisse oportet, mox robustarum exercitationum, an hæ robustæ, & cum concertatore duro densanteq; pręierint: ad hæc, an in puluere, eoq; duro ac frigido, & an citra apotherapiam. Dein balnei, an uidelicet hoc planè frigidum fuerit, an nimium calens. Præterea domus in qua dormiens uigilansúe uersatus est, num frigida. Itemq; ciborum siccitatis, & potionis penuriæ. Sin mollius quàm prius, postridie corpus uideatur: primũ quidem frictionum meminisse cõueniet, an molles, & cũ pinguitudine, & balneis leniter tepidis sint adhibitæ. Ab his reuocari ad memoriã debebit an exercitationes tardæ & exiguæ cũ cõcertatore immodice molli præcesserint. Dein an potio uberior fuerit. Mox an cibos plures, aut natura humidiores acceperit. Postremo an multum dormierit. Proximus molli corporis affectui est humidus: hoc differens, ꝙ mollis ipsorum corporũ propria qualitas est, humidus qui in eo continentẽ humorũ. Discernuntur hi tactu. Nam humidus affectus cũ madore cutis est, mollis sine hoc: quanq; est profecto et molle corpus humidum suis ipsius partibus. Ceterũ pro doctrinę claritate hoc molle uocet, alterum humidũ. Ac siccus quidem immodice corporis affectus habitũ statim durũ reddit: non tamen cũ mollitie necessario coniunctus est humidus affectus. potest nanq; durata caro esse, et tamẽ mador sudórue è corpore emitti. Atq; in humecto quidẽ corporis habitu, uel ex intẽpestiuo ueneris usu, uel alia quapiam ex causa, de uirium imbecillitate suspicio est, uel corporis raritate ex immodice molli frictiõe, uel nimio balnei usu, uel aere domus ubi uersatus est, ꝙ̃ par erat calidiore. Habenda præterea est & de potione cõsideratio, an ea uberior fuit. Et de somno, an is maior ꝙ̃ pro naturæ ratione. Et de aere ambiente, nũ se non sensim, sed simul totum in humidũ calidũq; mutauit. Et de cibis pari modo. In teneritudine uero siue mollitudine (utroq; enim modo cõsuetudo appellat) cum utiq; sine humiditate fuerit, concoctum probe nutrimẽtum esse, & corpus nutritũ, sed exercitatum diminutius esse, putandũ est. Contra in duritie aut duriter perfrictum esse, aut nimiũ exercitatum, idq; cum duro cõcertatore, & in puluere, iudicandum. Siccitas uero habitus penuriam potionis cibiúe, aut uigilias, aut uitæ solicitudinem, aut multam frictionem, aut exercitationem immodicam indicat. Hæc itaq; considerans corrigere errorem quotidie poteris prius quàm inauctus error curatu difficilior euadat. Semper autem memineris excessum omnem contrario excessu esse emendandum. quippe omnium quæ præter naturam incidunt, omne huc consiliũ curationis dirigitur. Quare si huic præcepto, etiã corporũ quibus præficeris dignoscendorum peritiã adieceris, & singulorum remediorũ facultates adiunxeris: uniuersæ iam artis quæ corpori hominis tuendo dicata est, peritus fueris: cuius ope non sanis modo suam ualetudinem tueberis, sed etiã ijs qui ægrotãt, pristinum statum restitues.

IIII Atq; optimum quidem corpus cuiusmodi sit, dictum iam est. Quod ab huius perfectione defecit, scire licet tribus id de causis defecisse, aut quòd statim in utero uitioso statu fuit, aut quòd qualibet de causa in non naturalem affectum post concessit, aut ætatis ratione. Omnia uero corrigenda per contrarium excessum sunt. Senium enim, ut de hoc primum agam, frigidum siccumq; est, ueluti in libro De temperamentis est ostensum. Corrigitur id per ea quæ calfaciunt & humectant. Talia sunt balneum dulcis & calidæ aquæ, & uini potio, præterea ex cibis quicunq; humectare & calfacere natura possunt. De exercitatione uero, frictione, & omni motu (ab his enim cœpisse est satius: nam rectè illud dictũ arbitror, Labor cibum præcedat) hæc scire licet poetam ex parte uerum dixisse:

Vt lauit, sumpsitq; cibum, det membra sopori.
Nanq; hæc iusta seni.

Non tamen totum in hoc esse positum. Postulat enim senum non secus quàm iuuenum corpus dimoueri: cum insitus alioqui calor extingui in his periclitetur. Nam corporũ quæ in florente ætate sunt, non desunt quæ quietẽ postulant: de quibus Hippocrates prodidit. Senum uero nemo quietem ex toto postulat, sed nec exercitiũ uehemẽs. Ceu enim uentulo quodam excitari accendiq; calor eorum desiderat: uehementiore autẽ motu de-

ijcitur. Ac magnæ flammæ, eius quod ita uentilet minime egent: cū satis ipsæ sibi & ad tutelam sint, & ut materiæ dominentur. Ergo nec à somno mane fricari desiderant omēs lassati, sicuti senes: cum eiusmodi frictionis quæ cum pinguedine adhibetur, duplex scopus sit: nempe ut uel lassitudinis affectū sanet prius quàm inauctus febrem accendat: uel imbecillam distributionis uim excitet. Nam multos quorum corpori longo tempore nihil ex alimento accessit, (ἀτροφοῦντας Græci uocant) eiusmodi frictiōe adhibita facile paucis diebus carne impleuimus. Verum quod alijs ex affectu certo in tempore incidit, in senibus adest perpetuo: quippe quorum omne corpus frigidum est, nec potens ad se alimentum trahere, atque id probe conficere, ex eoq; nutriri. Sed frictio cum & uitale robur excitet, & moderatè calfaciat, efficit ut & distributio nutrimēti sit facilior, & nutritio promotior. Hac uictus ratione & iuuenes non pauci qui ex eo quòd alimentum his distributum in corpus non est, emaciati sunt, carnis incrementum receperunt: & senes planè omnes fructū non paruū senserunt. Atque hæc quidem una senibus ueluti exercitatio sit mane administrata, nēpe fricatio cum oleo. post hanc inambulatio gestatioq; quæ tamen sint intra lassitudinem, & ex senis uiribus coniectatæ. quarum causa de cibis potioneq; non pauca prius diximus. nunc de exercitationibus quoq; exempli causa quædā ponemus: de quibus hæc in superioribus didicimus: Quòd acuta exercitatio (sic enim uocant cuius celeres motus sunt) corpus tenuat. cōtraria crassum reddit. multa corpus siccat. mediocris obesum præstat. Dictum est & de cæteris omnibus exercitationū atque etiam frictionum differentijs. Verum exercitationis formæ quæ senibus utiles alienæue sint, tū ex corporis totius affectu, & cōsuetudine, tum uitijs ipsis quæ infestant, intelligentur. Ex totius corporis affectu, ad hunc modū. Nam optimi status corpus, de quo hactenus sermonem fecimus, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosq; labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres. Quod uero aut crassis cruribus est, aut lato pectore, aut cruribus ultra ꝙ par est gracilibus, aut quod exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgū est uarūmue, aut alio quouis pacto à mediocritate recedens: id ad plerasq; exercitationū ineptū est. Quippe uitiosę figuræ thorax, in ijs quæ per uocē administrant, offenditur. Crura uero per inambulationē lædunt̃. Ad eundē modū de manibus, collo, humero, lumbis, coxis, & tota spina, mihi dictum intellige. Quicquid eñ ex his parū rite ab initio conditū est, id sanè exercitādo imbecillū potius ꝙ firmū reddit: nisi sicui imoderatos motus imbecillis mēbris moderatas exercitationes nominare placet. Verū ita de nomine magis ꝙ de re lis fuerit. Senibus uero quæ præcipua ad sanitatē exercitia sunt, hæc per ualentiores corporis partes sunt obeūda: quippe cū quib. reliquæ simul mouent̃ exercent̃q;. Quin etiam cōsuetudo maximā uendicat partē ad exer-

A citationis specie deligendā. Nam quæ consueta sunt, ut minime lassantia quos exercent, etiam delectant: sicuti ediuerso quæ insueta sunt, tū displicent, tum uero lassant. Porrò quibus operibus arte opus est, ea ne attingere quidē senes debebunt: non tibia, non tuba sonare, nō cithara: non magis ꝙ quæ in palestra geruntur, qui luctæ sunt ignari. Senes igitur omnes cōsuetis laboribus sunt exercendi, sed tamen uehementia eorum remissa. Tertium quo dirigit qui exercitationis formā præscribit, ab affectionibus sumit̃, omnis quidē ętatis cōmune, non tamen parē ubiq; uim obtinens, cum nec parem ubiq; noxā neglectum inferat. Quos enim ex leui causa uertigines, (σκοτώματα Græci uocant) comitiales morbi, grauis ophthalmia, uel
B aurium dolores male habent, ijs inclinato capite dorsoúe, aut humi uolutatis exercitari non expedit. Verū tū ambulatione sæpe, tum cursu mediocri, tum gestatione in uehiculis, citra fatigationē uti. Simili modo nec quibus tōsillæ (quas παρίσθμια Græci uocant) aut uitia quas antiades appellant, aut anginæ facile incidunt. Nec quib. prompte in columnellā, gingiuas, dentes, deniq; partē aliquam ex ijs quæ circa collum aut totum caput habentur, fluxiones procumbunt. Quippe nonnulli dimidio capite infestantur, Græci ἡμικρανία uocant. Alijs tendones, quos Græci τένοντας uocant, ex leui qualibet causa dolent. Quorū nemo exercitationē sustinet quę caput impleat: sed sunt his omnibus, quæ per crura geruntur, utilia: sicut
C ediuerso qui imbecillis natura sunt cruribus, his superioribus partib. exercitari est satius, chironomijs, acrochirismis, disci iactu, alterum usu: præterea his omnibus quæ in palæstra humi exercent. At quorū mediæ crurū brachiorumq; partes opportunæ offensionibus sunt, ijs quoduis exercitationum genus idoneum fuerit: modo ne reliquarum considerationū ulla prohibeat. Quæ tamen circa thoracem partes sunt, magis inferiorū exercitatione iuuantur. quæ circa uesicam & renes, superiorum. lienis, uētriculus, iecur, intestina, & colon, sicuti in medio superiorū inferiorumq; sunt, ita se ad exercitationes habent. Frictiones tamen partibus infirmis quo tēpore ægrotant, admouere non conuenit. ubi sanę sunt, cōuenit uel magis
D ꝙ alijs, & potissimum siccas: quas & per linteum, & solis manibus liberaliter adhiberi expedit.

V Quinetiā qui certa periodo redeunt quibusdā partibus dolores: hi ne fiant, nō parua ex eiusmodi frictione cautio est, si medio tempore præcipueq; si duas uel tres horas ante accessionē adhibita sit. firmantur enim eæ partes, & consuetas fluxiones minus admittunt. Atq; hæc quidem nō senū modo, sed & qui aliā quamlibet ætatē agunt, omnia sunt communia. Non exercitari uero imbecillis partibus, solis senibus suadeo: ex cæteris quanto quisq; remotior à senio fuerit, tāto illi magis exercitāda pars infirma est. Quod utiq; & quò clariora quæ dicimus sint, exemplo prosequi non grauabor. Finge corpus aliquod ex ijs quæ adhuc augescunt, gracilibus esse cruribus. huic pica-

ri crura conducet, & modice fricari, & cursu uti potius quam alia quauis exercitatione. porrò præfici ei quempiam oportet qui modũ in motu præscribat: quò neque intra quàm expedit exercitetur, neque adeo ultra ut lassitudinem sentiat. Id tametsi non in exercitationibus modo, uerumetiã in alijs omnibus difficile intellectu sit: nos certe facile esse ostendimus in ijs saltem quæ ad salubrẽ uictus rationem pertinent. Neque enim in his præceps occasio est, sicuti in morbis: immo ubi à tutissima in singulis mensura inceperis, & simul quod ex ea secutum est, æstimaueris, licet uel addas aliquid quotidie, uel detrahas, ac quod omissum est, corrigas: ueluti statim de ijs quibus gracilia sunt crura. Ipse nanque cum aliquando traditum mihi tredecim annorum puerum, toto augmenti tẽpore ad B ea quæ prædixi præcepta curassem, reddidi iuuenem cõcinnum, legitimique modi. Nam primo die ipsum pice illeui. Deinde uelut soleo, etiam currere iussi, nec celeriter, nec multũ. Secundo die frictione quæ in qualitate quidẽ esset duræ mollisque media, in quantitate uero exigua, atque hac cũ pinguitudine adhibita præmollitum iussi paulo plus currere quam prius, non tamen celerius. Ab ipso uero cursu ea quæ apotherapiæ debet frictione sum usus. Iussi uero quotidie ambulare, sed inter initia modice, post uero modũ augere. Aestimabam quoque in cruribus tum alia, tum præcipue uenas num amplius increuissent quàm pro crurum bene alendorum ratione. Quippe id graue est, & flu C xiones facit: & progressu temporis actus ualgos, non alimentum non sentientes reddit. Ergo non huic modo notæ te esse attentum conuenit: sed & illud obseruare, num calidiora iusto reddita crura sint: num lassitudinis quippiam sentiant. Nam si nihil horum apparuerit: augeri tum ambulationis modum, tum cursus oportebit: atque etiam alternis diebus picari. Sin aliquid eorum cernitur: tum & crura non pro consuetudine deorsum ac prona, sed contrario situ, id est sursum habita in lecto collocare conueniet: & copiam omnium quæ dixi minuere, minus inambulare, minus currere iubere, frictione inferne sursum uti. Hæc faciens, ubi naturalem planè habitum crura receperũt: rursus ad eum quem cœpisti remediorum D usum redibis, aut exiguis eorum incremẽtis usus, aut etiam eundem perpetuo modum seruans. adhibebis & quas rotundas frictiones uocãt medias durarũ ac molliũ, aliàs à superioribus, aliàs ab inferiorib. partibus incipiens. Aliquando uero & puluere prius inspersis cruribus, oleũ infundes, mox fricabis. Esto uero puluis qui appellatur pinguis. Sanè ita appellant in quo nec asperũ quippiã nec acre subest. quippe extenuat, potius quam carnem auget quisquis aut pumicosam asperitatẽ, aut nitrosam salsamúe acrimoniam in se habet. Sicui uero crassiora quidem crura sunt, brachia uero cubitique gracilia: huic omnia quæ per manus fiunt exercitia, sunt petenda: fugienda uero quæ cruribus obeuntur. frictiones tamẽ & picationes simili modo fiant, aliaque quæ de exercitijs crurum iam diximus. Neque enim parua in ipsis differentia est: alijs omnino ad motũ inualidis, etiã si septuagesimum ætatis annum nondum attigerint: alijs multo his robustioribus, qui etiam supra octogesimũ sunt nati. Ergo qui imbecilliores sunt, hos gestatione potius quam inambulatione dimouebis: ualidiores utroque genere exercitabis: agesque ad secundam frictionem utrosque: non tamen similiter, sed semper imbecilliorem citius. Nam id quoque ex maxime cõmunibus præceptis esto: Vbi imbecillæ uires sunt, crebra exiguaque frictione utendum, ubi ualidæ, rara multaque.

VI Sed hæc atque alia ut dixisse quidem est facillimum: ita præesse senis sanitati tuendæ, sanè est difficillimum: æque ut eorum qui ex morbo conualescunt. Porrò hanc artis partem appellant iuniores medici Græce analepticen, quasi refectricem dicas. Illam quæ senum sanitati prospicit, gerocomicen. Videnturque hi ambo affectus non esse exacta planè sanitas, sed uel morbi & sanitatis affectus quidam medij: uel omnino eius sanitatis non esse quæ firma constansque sit, quã καθ' ἕξιν appellant, sed eius potius quæ fallax incertaque sit, quam isti κατὰ σχέσιν nominant. Ergo siue morbũ, siue morbosum quendam affectum, siue medium quiddam sanitatis morbique, siue κατὰ σχέσιν sanitatem, senium appelles: huiusmodi quæstionibus, cum nos leuissimi homines petunt, pro nihilo habitis, scire licet senilis corporis statum, quoniam ex leui momento in morbum decidit, simili ratione ijs qui ex morbo conualescunt, in uictu esse curandum. Quare dictu quidem facile est seni expedire mane oleo ungi, ac fricari: cæterum apte hæc opere peregisse, omino difficillimum est. Nã durior paulo frictio lassitudinẽ affert: præmollis uero inefficax est, sicut etiam quæ exigua omino est. At multa magis per halitum digerit, quam ad nutritionem conducit. Iam locus ipse ubi corpus senis nudatur, si frigidior est, non solum nihil affert commodi, sed etiam dẽsat & refrigerat. Sin iusto calidior est: hyeme quidem ubi rarius corpus efficit, frigori obnoxiũ reddidit. Aestate uero & per halitum exhaurit, & uires deijcit. qui enim καθ' ἕξιν sani sunt, ijs ne uehemens quidem causa corpus alterat: seni uero uel minima causa maximæ mutatiõis occasio est. Similiter igitur se habet in cibi tum qualitate, tum modo: quippe in quibus senes si breue quippiam trãsgressi limites sint, nõ leuiter læduntur: cum iuuenes uel ex maximis erroribus minimum noxæ sentiant. Ergo tutius est imbecillo seni exiguum dare ter die: sicut Antiochus medicus solitus est se cibare, iam quidem annos natus plus quam octoginta, ac quotidie ad forũ progrediens in eum locum ubi cõcilium ciuium conuenerat: interim etiam longa uia ad ægros inuisendos pergens. Cęterum domo in forum quasi trium stadiorum spatium pedibus cõfecit. Quo etiam modo infirmos siquos prope habebat, inuisit. longius uero siquo erat eundum, partim gestatus in sella, partim uehiculo uehebatur. Erat autem ei domi domuncula quædam quæ hyeme ca-

lebat camino: æstate citra ignem bene attemperatum aerem habebat. In hac mane omnino fricabatur tam æstate quàm hyeme, utiq; deiecta prius aluo. In foro autem loco aliquo circiter horam diei tertiam, uel ad summum quartam, sumpsit panem cum attico melle, plerūq; cocto, rarius crudo. Postea partim cum alijs commētans, partim ipse solus aliquid legens, ad sextam usq; horam perseuerabat. Ab hac tum in publico balneo fricabatur: tum uero exercitabatur, aptis scilicet seni exercitationibus: de quarum forma paulo post agemus. Mox lotus, prādebat mediocriter: primū ijs sumptis quæ aluum deijciunt: post hæc maxime pisci bus uel quos saxatiles uocant, uel qui in alto mari degunt. Rursus in cœna à pisciū quidē esu abstinuit, sed boni succi aliquid, ac quod nō facile putresceret, sumpsit: utiq; aut alicā cū mulso, aut auem ex iure simplici. Atq; hac quidē uictus ratiōe Antiochus in senio usus, sensibus illæsis, mēbrisq; omnib. integris ad extremū durauit. Telephus aūt grāmaticus prouectiore q̄ Antiochus ætate fuit ut qui centum ferè annos uixerit. Is uero hyeme bis mense lauabatur, æstate quater, medijs harum temporibus ter. Quibus uero diebus non lauabatur, ijs circa tertiam horam unctus est cum exigua frictione. mox mel optimū crudum alicæ in aqua coctæ permistum esitabat: eoq; solo cōtentus pro ientaculo fuit. prandebat septima hora, aut paulo citius, primum oleribus sumptis, deinde piscibus gustatis, aut auibus. uespere autem tātum panem ex uino misto edebat.

VII Sanè uinum sicuti pueris est alienissimū, ita senibus est aptissimum. Esto autē id ex ijs quæ calidioris naturæ sunt, qualia sunt in Græcia quidem Ariusium, & Lesbium, & quod Mysium uocant, non ex ea Mysia quæ ad Istrum est, sed ex ea quæ Hellespontia dicitur: quæ nimirum in nostra est Asia, Pergamo uicina. Ex Italicis uero, Phalernum, & Surrentinum. proxima his sunt in Italia quidem Tiburtinum, & Signinum, ambo uetera: quando nouella nec deductionem nutrimenti in corpus adiuuant, nec urinas promouent: sed diu in uentre fluctuantia permanent. Secundo ab his loco sunt Adrianum, & Sabinū, & Albanum & Gabrianum, & Triphylinum: præterea omnia Aminæa quæ in Italia nascuntur, & circa Neapolin, & in Tuscia. Cæterum Mysium Surrentino similes uires habet: Falerno uero, quod è Tmolitis est optimum. At Sabino & Adriano Titacazenū & Arsyinum sunt similia. Ergo de his modice antiquatis bibendum senibus est, utiq; quibus ualentius caput non est. Quibus autem est, ijs & Phalernum, & Surrentinum, & Ariusium, & Lesbium, & Mysium, & Tmolites, idonea sunt. Ergo in omni regione ad prædicta exēpla deligere sibi quisq; idoneum poterit: uidelicet omni consilio uini pro senibus deligendi directo, ut in substantia sit tenuissimum, colore quod Hippocrates κιῤῥόν, id est fuluum appellare solet. poterat autem & ξανθόν, id est flauum, id appellare. Commodum uero uinum est & quod ὠχρόν Græce, id est pallidum

A dicitur: utiq; quod medio colore est inter flauum & album. Quippe si flauum albō miscere libeat: quod ex ambobus cōfit, pallidum euadet. Etiam aquæ admistum flauum, eiusmodi colorem reddit: uerum pro maiore minoréue aquæ modo aliàs pallidum, aliàs ueluti quod Græce ὠχρόλευκον, id est ex pallido albicans, uel quod ὠχρόξανθον, id est ex pallido flauum apparet. Calidissimum ergo ex iam dictis, si colorem spectes, flauum est: minime uero calidum, album. Quæ media inter hæc sunt, prout alterutri magis accedunt, ita uim eius exhibent. Vnum igitur illud maximum senibus commodum ex uino accedit, quòd omnia eorum membra calfacit. Alterū, q̄ per urinas serum sanguinis expurgat. Itaq; etiam optimum id

B senibus est, q̄d hæc maxime præstat. Porrò id est q̄d substantia quidē tenue est (quippe urinas mouet) colore autem flauū. proprius enim is est præcalidorum uinorū color. Itaq; etiam quæ ualde ab initio alba sunt, si inueterauerint, flauitiem quandam contrahunt: unde primum pallidula, mox uero planè pallida fiunt. Quòd si longissimo tempore seruentur, ex pallido flauētia cernūtur. Nam ut omnino flaua fiant quæ alba uina sunt, fieri certe nequit. Quæ uero ex pallidis aut flauis uinis, substantiæ pinguis sunt, hæc & sanguinem augent, & corpus nutriunt: quo fit ut ea utilia senibus interdum sint, utiq; quo tempore nec serosam humiditatem in uenis habent, & ali liberalius desiderāt. Plurimum tamē qui hac sunt ætate, ijs uinis indi-

C gent quæ urinas cient: propterea q̄ aquosum excrementum in ipsis abundat. Quę uero diu in uentre morantur, eorū sanè nullum aptū seni est. Eius generis sunt & Aminæum à Bithynia, & ex Italicis Marsum, & Signinum, & Tiburtinū, quoad uidelicet sunt nouella. Verū hęc omnia alba sunt, nigra uero reliqua. quorū crassa, quæ quidem adstringunt, ea longo tempore in uentre manent, & fluctuationen in eo excitant, ueluti quod in Cilicia nascitur Sybates, & quod in Asia natū Aegeates uocant, & Perperinū. Quæ uero citra astrictionem nigra crassaq; sunt, quod genus sunt Scybelites & Theræum: ea minus in uentre morant, urinas tamē nec ipsa mouent, sed deorsum properāt. Itaq; etiam ante cibum illa sumunt. Cæterū ea senibus utilia non sunt, nec cum præbibuntur, nec

D multo magis alio quouis tempore sumpta, ueluti nec aliud quicquā quod crassum efficiat succum. quippe obstruuntur his iecur, lienis, & renes. Vnde fit ut senum qui his liberalius utuntur, alij aqua intercute, alij calculo laborent. Si quis ergo senū dulci uino uti à balneo uelit: ubi mane comederit, sicuti Antiochum solere diximus, huic optimum Faustianum Falernum fuerit: aut si eius copia nō est, simile aliquod. Porrò similia fuerint quæ dulcia simul & pallida sunt. proxima his sunt Therenum, & Cyrienum. Non uetem etiam nec ijs quę melle condiantur, senes uti: maxime quibus suspicio est calculi in renibus gignendi, aut podagræ alicuius articularisue morbi impetus futuri. Porrò uinum huiuscemodi compositioni aptissimum fuerit

fuerit Sabinum, aut ſimile aliquod. Conijcitur aũt in id petroſelinum. Atq; id ſolum articularibus ſatis facit, ijs uero qui calculo laborant, etiã aliquid Betonicæ, & Ceſtri q̃d in Gallijs naſcitur, eſt immiſcẽdum. uocant aũt herbam eam ſarxiphagon. Qui uero curioſius id medicamentũ cõponunt, etiam ſpicæ nardi aliquid inijciũt. Sunt uero & alia quædam quibus urinas mouendi uis ineſt. Verum ſimplicẽ potionẽ pleriq; ex uino melleq; cõficiunt, adiecto rutæ piperiſq; exiguo. Si uero prius q̃ lotus eſt, comedit quippiam, nec uenter eius ullo auxilio eget: uinum album, & quod parum aquæ tolerat, à balneo bibat. At quæ craſſa dulcia & nigra uina ſunt: ea omnia, propterea quòd obſtruunt uiſcera, ſunt fugienda.

VIII Verũ obſtructio quę ex uino incidit, mediocris eſt. Quæ uero ex cibis ijs naſcit̃ qui ſuccũ craſſum lentũq; creant: huic nõ facile ſuccurritur. Quo magis cauendum ſenibus eſt à multo alicæ aut caſei, aut ouorum, aut cochlearum, aut bulborum, aut lentis, aut ſuillæ carnis eſu, multoq; magis ne anguillarum, aut oſtrearum, aut deniq; eorum quorum dura caro difficiliſq; concoctu eſt, uſum frequentent. Ob eandem rationẽ, nec eorũ quæ teſta integuntur, (oſtracoderma Græci uocant) aut cartilagineorum, aut thynnorũ, aut deniq; cetarij generis ullum utile his eſt. Sed nec ex carnibus ceruina, caprináue, aut bubula. An hæ potius nec alij ulli ſunt utiles? Ouilla uero iuuenibus quidẽ nõ malus eſt cibus: ſenibus uero nec ea eſt commoda. Atque etiam hac multo minus agnina: quippe quæ humida, & mucoſa, & glutinoſa, & pituitoſa eſt. Hœdina uero ſanè non incommoda ſeni eſt. Præterea aues eæ quæ extra paludes ac flumina ſtagnaq; degunt. Salita uero omnia meliora recẽtibus ſunt. Ergo, ſicuti diximus, ante omnia cauendum ab ijs qui obſtruant cibis eſt. Quòd ſi res cogat aliquando copioſius his uti protinus ſumendũ medicamentũ diacalaminthes eſt: cuius cõpoſitionẽ ſupra in quarto poſui. Eius ſi copia non eſt, dia trion pipereon petendũ. Sin ne id quidem ad manum eſt, piper album tuſum cribratumq; diligenter, ac in pollinem redactũ, & cum cibis eſſe, & potioni inſpergere: ſed & cæpas eſitare tum expediet: quinetiam alliũ, ſi huic aſſueuerit. Antidotus quoq; ex uiperis, quam Theriacen uocant, non incõmode ſenibus datur, potiſſimũ ubi poſt obſtruentes cibos ea quæ obſtructiones liberent, ante hanc exhibueris. tum enim efficaciſſimũ ex Theriace præſidiũ expectes. Quòd ſi ab iſtiuſmodi ſubducta aluus ſit, utiliſſime Theriacen poſtridie dederis. Aeque uero & quã Ambroſiam, & quam Athanaſiam uocant, aliaq; id genus medicamẽta, quæcunq; ex prædictis aromatis ſunt cõpoſita. Seni tamen qui accurate ſibi proſpexerit, nunquam tali medicamẽto opus erit: ſed ſiquando extenuante uictus ratione egebit, ſatiſfacient quę alio opere ſeorſum ſcripſimus, in quo de extenuãte uictu diſſeruimus. Iam illud patere arbitror, panem quoque his exhibendum qui nec ſalem, nec fermentum, nec ſubactionem, nec iu-

A ſtam coctionem deſideret: non autem aut iſtam publicẽ laudatam ſimilaginẽ, aut quæ ex ea fiunt placentas, quippe omnia talia non ſolũ coctu difficilia, ſed etiã mali ſucci ſunt, uiſceraq; obſtruũt. Ac niſi placentis quæ ex butyro & ſimilagine fiunt, mel affatim eſſet admiſtum, nullus cibus omnibus hominibus nedum ſenibus magis erat aduerſus. Cæterũ quid noxijs ſalubria miſceas, cum liceat melle per ſe uti, partim cocto, partim crudo cum pane? Cura uero maior habenda eſt de panis bonitate quàm mellis. Nam mel profecto melius fuerit q̃d ſpecie ac uiribus Attico ſit ſimile. Quòd ſi tale non datur: quolibet utare, modo ne mali odoris ſit, neue ceræ qualitates aperte præferat, neue præſertim qualitatem quampiam extrane-
B am. Adeo uero panes id genus quale modo retuli, utile quicquam ſenis corpori non conferunt, ut etiã ſint alieniſſimi: atq; hoc amplius, quò ſint magis puri. Video autẽ athletis id genus ſtudio præparari: uerum his ad ea quæ moliuntur, aptum eſt. Seni, niſi multum admiſtum ſit ſalis, niſi multum fermenti, niſi diligentiſſime ſit coctum, craſſum efficit ac glutinoſum ſuccum: qui nec ulli alij eſt utilis copioſius inauctus. Ergo & obſtructiones in iocinore, liene, et renibus facit: maxime quibus in his uiſceribus uaſorũ exitus anguſtiores natura ſunt. Nam ſicuti in ijs uenis quæ palam oculis ſubijciuntur, non parua amplitudinis diuerſitas cernitur, tum alterius hominis ad alterũ, tum in unius cuiuslibet partibus: ſic ijs quæ intus latẽt, ſe habe-
C re putandum. hanc tamẽ differentiã prius q̃ experimento ſit explorata, internoſcere non eſt. Experiẽtiam intelligo, quam ex eorum quæ ſumuntur ſingulis facere licet: ita ut ſi quis hæc craſſa ſumere ſit aſſuetus, nec tamen offenditur, latas habere prædictorum uiſcerum uenas ſit putandus. ſin facile offenditur, anguſtas.

IX Nouimus enim ſenem quendã agricolam qui amplius q̃ cẽtum annos ruri uitã egerat. huic plurimum nutrimenti caprinũ lac erat: quod aliàs cum mica panis in eo macerata ſtatim ſumpſit: aliàs mel immiſcuit: aliàs coxit, etiam thymi cacumina unà cũ pane inijciens. Hunc quidam imitatus uidelicet tam longę uitæ cauſam ratus in lacte ſubeſſe perpetuo lędebatur, quocunq; id modo ſum-
D pſiſſet. Nam primũ illi grauabatur os uẽtris: mox tendebantur in dextro præcordia. Alius quoque ſimili modo cum lacte uti cœpiſſet, de reliquis nihil eſt queſtus (quippe qui & probe id concoxit, nec acidum aut fumidũ ructum ex eo ſenſit, nec flatum aut grauitatem in præcordijs) ſeptimo tamẽ q̃ ſumpſerat die iecur ſe ſentire manifeſte grauatũ dixit: quippe uideri ſibi quiddam in dextris præcordijs ceu lapidem iacere, ſic ut deorſum traherentur quæ ſupra eſſent, & tenſio ad iugulum uſq; pertingeret. Conſtat itaq; huic obſtructum iecur fuiſſe, illi flatu intumuiſſe. Quinetiam noui cui ex diuturno lactis uſu calculus in renibus eſt natus: ſicuti alium quendam qui omnes dentes amiſit, leſitq;. id uero alijs quoque multis contigit ex diutino lactis uſu. Alij rurſus citra noxã lacte per-

perpetuo sunt usi, immo etiam cum maximo fructu, A ueluti agricola quem supra centum annos uixisse diximus. Vbi enim nec qualitas lactis, utentis naturæ quicquam est aduersa, & uiscerum transitus faciles propter uenarum amplitudinem sunt: qui ita sunt affecti, ij commodis lactis fruuntur, omnis eius incommodi expertes. Porrò commoda lactis iam alijs ante me medicis dicta sunt: nempe uentris moderata deiectio, succi bonitas, & nutritio: pascuis quoq; ipsis animalium quorum lacte utendum est, non parum ad hæc conferentibus: quanq; sunt qui pascuorũ rationẽ planè pro nihilo habeãt, quasi nihil parúmue ad lactis bonitatẽ conferant. Cæterum haud dubie uidemus animalium quorum usuri lacte sumus, si scammonia, aut marinarum lactucarum quapiam uescantur, in la- B cte quoq; laxandi uires inesse. Ex quo patet quòd ex uitioso pascuo acre, acidum, & austerum reddetur, naturam uidelicet herbarum imitatum. Itaque etiam qui ante nos medici fuerunt, ipso rei usu docti, quædã pascua, utiq; quæ lacti essent inepta, ἀγάλακτα dixerunt. ita enim Græce appellant: de quibus ipsi quoq; alibi tractauimus. Nunc hactenus saltem de his intellexisse abunde est, animalium quorum ueluti optimi succi lacte sis usurus, neq; acria, neq; acida, neq; admodum austera debere esse nutrimẽta. Illud uero uel me tacẽte cõstare arbitror, animal ipsum et florente ætate esse, & corporis habitu plane inculpato debere. Satiusq; fuerit alterum capram, alterũ asinam esse, earumq; lacte uicibus uti. C quippe asinę lac, tenue serosumq; est: capræ, mediocris substantiæ est. Itaq; hoc nutriet magis, ubi uidelicet nutritione est opus: illud omnino tutius est. Nam & siquando solum cũ pane sumit, tũ citius subducit, tũ minime est flatulentum. sed nec in uentre cogitur, potissimum si prius salis aliquid & mellis immiseris. Oportet autem non huius modo, sed etiam reliquæ omnis auxiliorum materiæ uires seorsum prædidicisse qui ipsis recte sit usurus, ne sæpe nobis de ipsis eadem repetere sit necesse. Ac nunc certe mihi uideor longius quàm pro re proposita de lacte uinoq; disputasse. Siquidem præstitisset, commoditate eorũ in senes explicata, qui iam tum facultates utriusq; publicas, tũ priuatas differentias didicisset, hũc ad materiæ delectum remittere: D utiq; de uino tantisper præfatos, q quæ calidiora sunt, quæq; urinas mouent, ea senibus magis conducant. De lacte uero, quòd non omnibus sit exhibendum, sed ijs solis qui id probe concoquant, nec ullum ex eo symptoma in dextra præcordiorum parte sentiant. Sed quoniam interim propter multorum ad legendos eos libros in quibus prolixius de præsidiorum materia disseritur, fastidiũ, longiores esse subinde cogimur: merito (ut arbitror) nunc quoq; condonabitur nobis tractationis modus si exacta breuitate in uniuersali methodo minime utimur.

X Illud tamen non ignorandũ, fieri non posse ut tutò quis comprehẽsis materijs ex huiusmodi solum doctrina utatur, qualem modo de lacte uinoq; tradidimus. Immo qui his optime uti uolet, didicisse hunc prius oportet propriã de omni materia tractationem: in qua tum publicas materiæ uires æstimauimus, tum priuatas eius differentias usq; ad ultimas species. Neq; enim de cæteris omnibus quæ scire opus est ei qui senis sanitatem tutabitur, expedit hoc opere fuse tractare, sed satis est de quibusdã, scilicet quæ senibus maxime sunt necessaria, ita determinasse quemadmodum paulo ante de lacte uinoq; egimus: de quibusdã etiam breuius q̃ ut de his fecimus: sicuti rursus de alijs in totum nihil dixisse: quanq; cui extendere sermonem cordi est, potest omnium quæ in senibus abundare solet, meminisse, atq; ad hunc modum dicere. Cæterũ satius est & de reliquis dicere quæ senum plerisq; incidunt: ut sunt raucedines, quos branchos, & grauedines, quas κόρυζας Græce uocant, & calculus in renibus, & articulares morbi, & podagrę & asthmata, id est anhelationes, aliaq; id genus. Atq; ad raucedines quidem & grauedines, uictus rationem hanc, medicamẽta uero hæc comparare oportere: ad calculum uero & reliquorum singula hęc. Atq; ad eum modum de reliquis disserens, non diligẽs modo uidebitur, sed etiam in senum curandorum scientia doctus. Verum sicuti nec horum quicquam scribi in tractatiõe de senum curatione cõuenit, cum præsertim ex morborum curandorum methodo, quisquis in hac sit exercitatus, ea liceat sumere: ita rursus nec cum sola communia dixeris, ibi desistere, sed ipsis propositis aliqua mox ex particularibus subijcere, quæ maxime propositæ disputationi sunt accommoda: ceu ipsi fecimus. Nam quoniam in ijs commẽtarijs quos de temperamentis scripsimus, indicatum est senium indubitato frigidum esse, non tamen indubitato siccũ, utpote nonnullis id humidum esse affirmantibus: conuenit sanè ut ijs quæ de senũ tẽperamento demonstrata sunt, ad hãc artis partẽ quam de ipsorũ ductu nunc instituimus, hypotheseos loco acceptis, ipsarum rerũ scopum ab illo sumamus, ac nõnulla particularium tractemus, partim exercendi discentis causa, partim ad inuentionem eorum quæ consulto omissa sunt, futura ueluti exempla, propterea quòd non omnes ita sunt solertes ut ex solo uniuersali pręcepto ipsi particularia inueniãt, sed qui ad ea ueluti manu ducat, desiderent. Quippe quibus exercitata ratiocinatio est, ubi senis corpus quantum ad ipsas partes attinet, frigidũ siccũq; esse audierint, facile autem serosis & pituitosis excremẽtis ob uirium infirmitatẽ impleri: hæc quidem conabũtur emittere, solidas autẽ ipsas calfacere atq; humectare. Verum qui excrementorum copia decepti, indefinite pronunciarunt senum temperamentũ esse humidum: ij protinus in ipso primo agendorum consilio fallunt, dum senum corpora siccanda putant. Itaq; ex cibis eos potius qui siccant, exhibẽt, ueluti ex oleribus brassicã potius q̃ maluam, aut blitum, aut lapathum, aut atriplicem, aut lactucã. Ex leguminibus præ ptisana lentem, & præ faba milium, & præ zea panicum. Ex fructibus amygdalas

dalas & terebinthi semen, potius quàm cucurbitas, et cucumeres maturos, & pruna, & mora. Iam ex carnibus eas quæ ferarũ sunt, potius quàm cicurum: & salitas potius quàm recẽtes. In tota denique uictus ratione quorum uis humida est, hæc fugiunt: quorũ sicca est, hæc amplectũtur: quanquã contra prorsus res ipsa postulat: cum prosint his maxime humectantes cibi. Verum quoniã horum etiam frigidi quidam temperamenti sunt, proindeque pituitã in uentre illico gignunt, ac primis uenis: hinc uidelicet noxij sunt uisi ijs qui nec uniuersum senum tẽperamentum nouerunt, nec caput uictus eorũ ordinandi uident. Quippe nec oleum, nec dulcis aquę calens balneum, nec uini potio his prosit, si humectationis nõ indigent. Iam quòd moderato motu & somno indigeãt, satis magna documẽta sunt quò uictus eorum dirigi cõsiliũ debeat. Quare siquando propter pituitã cogimur aliquid ex ijs quæ incidant ac dissecent petere, reuertendum sine mora ad humectantẽ uictum est. Pari modo si quando propter obstructionis suspicionẽ ad cibos medicamentáue quæ obstructos meatus liberent, cõuertimur: quo minus tamen humidi tẽperamenti cibi sint, nec illo ipso die cõmittendũ, multoque magis postero die eidem proposito hærendum, ac alica cum melle exhibenda, acetique aliquid ei miscendum, utique cum ptisanæ ritu præparamus, aut ex mulso uinóue falerno sumere iubendum, aut lacte ut prędixi utendũ, aut ptisana bene cocta quę piperis pollinẽ accepit. Ita uero & maturi fici præ cæteris fructibus sunt eligendi: hyeme uero caricæ. Panis quoque ita ut dixi præparatus, aut cũ melle, aut cum mulso, aut cũ uino aliquo idoneo. Veluti enim exẽpla claritatis causa hæc apponimus: ut qui perlegerit, ad uniuersalem scopum quo calor humectatioque petuntur intentus, iudicare de materia simili modo queat.

XI Qnoniam aũt tum pituitosum tũ serosum excrementũ in senũ corporibus colligitur: & urinas moueri quotidie cõuenit, non tamẽ per pharmaca, sed apio, & melle, & uinis quæ id præstare ualeant: & aluũ soluere, potissimum oleo ante cibum absorpto, sed & oleribus ex oleo garoque ante cibũ assumptis. Ac quotidie quidẽ tum per hæc abunde aluus quibusdã soluit, tũ ex ficis, utique cũ hi habent, & prunis, ac alijs id genus quæ æstate autũnoque uigent. hyeme uero & caricis, & prunis damascenis, ijsque aut elixis, aut in mulsa cui pluscu lum insit mellis, maceratis. Eritque id melius, si mel atticum sit. Longe aũt ad deijciendam aluum damascenis hispana præstant. Quin oliuas ex muria pręsumere aliquãdo licet. Aloen uero (quod multos senũ quibus siccus uẽter est, facere uideo) haudquaquam sumi suaserim. hãc alij in pilulas fingũt cum brassicæ succo, alij tantũ puluerem eius alicui inspergunt liquori: qui alijs aqua est, alijs mulsa. Diuites eam quæ cũ cinnamomo conficit, accipiũt. Medicamentũ id alij hieram dialoes, alij amaram uocãt. Habẽt uero id alij siccũ, quo potioni insper gant: alij melle modice exceptũ nõ cocto. Verum nullo horũ senibus est opus, nisi maior aliqua necessitas urgeat. quippe si iã cõprehensis aluus soluit, etsi nõ quotidie, saltẽ alternis dieb. nullũ plane medicamẽtosum dari debebit. Quòd si biduo adstrictus uẽter, alternis non soluitur: sat eo tempore fuerit mercurialem herbam, & marinã brassicam (Greci thalassocramben uocant) & cnicũ in ptisana, aliaque quę modice medicamentosam uim obtinent, dedisse, similiter & terebinthi resinã. Sumitur autem ea aliquando nucis ponticæ magnitudine, aliquando duarum, triumúe. Quippe non modò aluum soluere citra noxam potest, sed etiã uiscera omnia, iecur, lienem, renes, pulmonemque abstergere. Porrò ijs quæ prædiximus, uarie uti expediet: neque uno tantũ delecto, id perpetuo exhibere. Cui nanque assuefacta spatio tẽporis sumentis natura erit, eius uim cõtemnet. Ergo uariare uices tũ prædictis oportet, tũ uero eo medicamẽto quod ex caricis conficitur. Sunto aũt hæ pingues, auferaturque ipsis ea quæ foris circuit pellis: pari modo & cnico: mox ambo simul tundantur. Esto autem & carica cum cnico pari pondere. Licebit uero hic quoque medicamẽtũ experiri, ac prout se ad sumẽtis naturã habet, aliàs plus, aliàs minus cnici immittere: sumere uero duarum triumúe caricarũ magnitudinis modũ. Ex ipsa uero (ut dixi) experientia inueniet sibijpsi quis talium omnium legitimũ modum: cũ uenter alijs magis alijs minus medicamentis sit obediẽs. Cæterũ nullum eorũ quæ dicta sunt medicamentorũ, exhiberi admodũ copiose debebit. Siquidẽ nonnulli in præsens gaudent si copiosius desederint: uerum quãto magis sunt uacuati, tãto his uẽter sequẽtibus diebus magis adstringitur. Quo fit ut ipse, si qui sunt quibus in diuturnis morbis uenter sistitur (quales potissimũ hyeme cõtingunt, quibusque post longã infirmitatẽ in conualescẽntia similis affectus incidit) ijs aluũ duco non acribus per inferiora infusis, sed tantũ oleo. Quod etiã sanis quoque ubi uenter adstringitur, securus interdum infundas: quippe quo & siccius excrementũ madescit, & transitus efficitur lubricus, & corpus ipsum senis emollitur, duris aliàs pellibus similiter rigẽs. Non tamen sunt hæc senis qua senex est, propria: quippe cum etiã sint ijs qui à longis morbis conualescunt, utilia.

XII Quid igitur propriũ est senis qua senex est? Nempe quod temperamento eius cõducit. Id enim est cuius culpa senescimus, alius alio tẽpore citius seriusúe, prout uel natura ab initio sumus cõparati, uel ex uitæ exercitio uel ex uictus ratione, uel morbo, uel solicitudine, uel alio id genus immoderatius siccati. Est enim id quod omes homines proprie senectutẽ appellãt, non aliud quàm siccũ & frigidũ corporis tẽperamentum, annorũ multitudinis ratione proueniens. Accidit aũt interdũ & febrili morbo: atque id etiam ex morbo senium appellamus, sicuti in libro De marasmo diximus: quippe cum eiusmodi affectus, marasmus quidam sit: qui non in animalibus modo, uerumetiam stirpibus uisitur. Tradita uero iam est in primo huius operis uolumine prouenietis in nobis senectutis necessitas. Ergo tũ ex illo, tum ex ijs quæ de tẽpe-

ramẽtis, atq; etiam ex libello quem De maraſmo A
ſcripſimus, inſtructior quiſpiam ad eam artis partem quæ de ſenũ ductu agit, reddi poterit. Siquidem omnis affectionis corporalis prouidentia in duobus conſiſtit:nempe propria eius internoſcẽda eſſentia, & materiæ præſidiorum uiribus:ut ſtatim in propoſito nunc ſenio, qui ſciẽter pernouit effectũ eum ſiccitatẽ quandã cum frigiditate eſſe, ſi quidẽ quæ humectent pariter & calfaciant, præſidiorum materias norit:is idoneus ſenũ medicus fuerit. Quadruplex uero materiæ genus cum ſit, quæ ſumunt, quæ gerunt, quæ educunt, quæ foris incidunt: utique ex ſingulis eligere oportebit quæ calfacere humectareq; poſſint.

XIII Sed ad horũ cuiuſq; cõmodũ uſum, exercitatio quæ per exẽpla fit, maxime eſt utilis. Scio
B ego aliquãdo me pueri thoracme, qui ab reliquarũ partiũ ſymmetria id eſt debita cõuenientia non parũ aberat, eiuſmodi remedij genere ad iuſtã perduxiſſe menſurã. Cinxi illi lato moderate cinctu omia quæ ſub thorace ad coxas uſq; ſunt, ita tẽperans, ut tum citra offenſionẽ hęreret, tũ nec laxum quicq; relinqueret, nec etiã premeret. Exercitationes uero iniũxi & quæ per tota obeunt brachia, & uociferationes quas phonaſci ἀναφωνήσεις appellant. In utriſq; uero cohiberi ſpiritũ iuſſi. Id fit cum thoracẽ ipſum undiq; ualenter impuleris, exſpirationẽ aũt ſic cõpreſſeris, ut quẽ prius attraxeris ſpiritum, totum intus retineas. Itaq; etiã amplius inſpirauerit oportet, qui hoc cõmode faciet:
C quandoquidem quo amplius ſit aeris qui compellitur, hoc magis thorax diſtẽtus dilatabit. Quòd autẽ ipſæ quoq; uociferationes tum magnæ faciẽdæ, tum in acumen tendendæ ſint, id minime eſt obſcurum, ſi modo uniuerſas thoracis partes ualenter exercitari in animo eſt. Atq; hæc quidem in gliſcentibus adhuc corporibus ea quæ natura male condita ſunt, ad iuſtam cõuenientiã ſymmetriamq; reſtituẽt. Eadem moderate etiã ijs qui perfectam iam magnitudinem conſecuti ſunt, prode runt. uerum in ſene nihil tale moliendum, utpote cui feriari infirmas partes utilius eſſe diximus. Vtilius uero his eſt & cõſueto opere exercitari, etiã ſi modice noxium ſit. Contra iuuenibus ea mutare quæ nocent, tentandũ eſt, etiamſi à pueris his maxime inſuerint. Poſſunt enim eorum uires mo-
D derate factã mutationẽ ſuſtinere: ſperariq; poteſt in reliquo uitę tẽpore fructum aliquem eos ex meliore cõſuetudine percepturos. At ſenex ſi poſſet longo tempore ſenſim malam cõſuetudinem mutare, propterea quòd quo tempore meliore frueretur, habiturus non eſſet, fruſtra laborem inſumeret: non aliter quàm ſiquis artem diſcere quampiam octogenarius inciperet.

XIIII Sicuti uero ſenũ ipſorũ inter ſe nõ parua differẽtia eſt, ſiue id ex ętate ſpectes, ſiue ex corporis affectu: ita & eorũ qui natura ſicciore frigidioreq; ſunt, ſi ad mediocrẽ ſtatũ cõpares, non paruũ intẽperiei diſcrimẽ inuenies, tũ ipſorũ inter ſe, tũ uero ad ſenes. Atq; humectare quidẽ hos ꝑfecto calfacereq; conueniet: cæterum audacius hæc facere in ijs qui per ætatẽ maiori exercitio ſunt ferũdo, ceu quorum ualide adhuc uires ſunt. Quippe primũ quo omẽ remediorũ conſiliũ dirigit, eiuſmodi intẽperies corporis eſt, nõ ſeniũ, aut ætas aliqua. Verũ quoniã affectuum menſurã per coniecturã accipimus, idcirco ætatem quoq; cõſideramus. Porrò eadẽ utilitas & cõſuetudinis noſcẽdę eſt, præterea extrinſecus incidentiũ cauſarũ, quas procatarcticas Græcè uocant. Quippe ad certiorẽ affectuũ notitiã talia omia nobis cõducunt: remediorũ tamen indicatio ex his non cõtingit. At empiricis talia totius cõcurſus quã συνδρομὴν uocant, pars eſſe cenſent: quæ ſyndrome in ipſa curatione eſt obſeruata, haudquaquam per indicationem inuenta. Quo rationabilius Hippocrates de agnoſcendo præſagiendoq; plurima ſcripſit, utiq; in particularibus nos exercens. quod etiam optimi medicorum poſt eum fecerunt: nõ ignari huic nullo negocio inuẽtum iri remedia, qui eius quod curat corporis, ægri ſaniúe affectum exacte norit. Siquidẽ, ut ſæpe teſtati ſumus, incipiẽdum ab illo medendi præcepto eſt, contraria eſſe contrariorũ remedia. ubi uero remediorum materiã compertã habueris, ac ſimul uires eius intellexeris: male affecto corpori ſemper cõtraria: optime ſe habenti ſimilia uiribus adhibebis. Quinetiã intemperies ipſas quæcunq; adhuc intra ſanitatis fines ſubſiſtunt, ſi corrigere ſtudebis, cõtraria quodammodo uictus ratione curabis: quod tamẽ per multum ſit ocium. Nam ſi in negocio ſint, ſimilibus uteris: potiſsimum cũ ita fuerint corpora aſſueta. Porrò accidit alterum horum plerunq; magis, ceu naturis ipſis ea quæ ſibi ſunt accõmoda, ſua ſponte citraq; doctorem eligentibus. Atq; hactenus male affecto corpori contraria exhibebimus, quoad priſtinum ſtatum conſecutum ſit. Cæterum ea uictus ratio quæ intemperies corrigit, longius plerunq; procedit, propterea quòd ſimilibus maiore ex parte morbis tentamur: eo qui calidiore natura eſt, calidos morbos facile incurrente: qui frigidiore, frigidos: & reliquis pro ratione. Facilius itaq; quicquid intemperatum eſt, ad propriam naturam redit, quàm ad optimum tẽperamentum uenit. Quippe id cũ in medio omnis intemperantiæ ſit: quiſquis ſimili naturæ ſuæ morbo laborat, ab eo longius abeſt: qui diſsimili, minus. Ergo nec aſſuetudines ipſæ tametſi prauæ ſunt, diſplicentibus adhuc ſibi corporibus mutandæ ſunt. Quin nec per ſummam ſanitatẽ ſemper id tentandum, ſed tum cum is cui mutandæ ſunt, à ciuilibus negocijs maxime uacat.

XV Hęc itaq; cõmunia omniũ temperamentorũ præcepta particulatim uariant, prout intẽperãtia quæuis ab optimo tẽperamento receſsit. Nec mirũ ſanè eſt ſi intẽperatæ naturæ, quæ in medio exactę ſanitatis & morbi ſenſibilis cõſiſtunt, etiã ad ordinãdi uictus modũ ſint ancipites. Sed nec illud mirandũ, ab ijſdem adiuuari lædiq; homines uideri. Nam ſi omẽs inter ſe ſimilem corporis ſtatum obtinerent, utiq; mirandum tũ eſſet aliquos à contrarijs iuuari lædiq; ab ijſdem. Sed quoniam contrarij

contrarij inter se multorũ hominũ corporis status A sunt ratione non caret ꝙ ex contrarijs etiã utilitatem percipiant. Quo magis de medicis omnibus mirari cuipiam licet, quicunq; nullo prius naturarum facto discrimine, de sanitate tuenda scribere sunt aggressi. Sicuti enim fieri nõ potest ut unum calopodiũ ad omnes homines sutor accõmodet, ita nec medicus unam omnibus uitæ speciẽ quæ conducat. Hac igitur de causa quidã saluberrimũ esse affirmant, abunde quotidie exercitari: quidã nihil obstare quo minus in quiete prorsus degatur. Et sunt quibus lauari maxime salutare uidetur: alijs minime. Quinetiam de uini aquæq; potione, itemq; de alijs ad eundem modum, non ijs modo quæ ad salubrem uictus rationem pertinent, sed etiã morborũ remedijs, pugnantissima B inter se scribũt, adeo ut uel unum quippiam quod omnibus his inter ipsos cõueniat, rarum inuentu sit. Cæterũ usus ipse docet tum ab ijsdem ipsis aliquos lædi iuuariq;, tum à contrarijs pari modo. Equidem quosdã noui qui si triduo se ab exercitatione abstinerent, protinus ægrotabant. Alios in perpetua quiete degentes, tamen secundã ualetudinem tueri. Atq; horũ ipsorũ alios minime lauare: alios, nisi lauissent, illico febricitare: sicut Premigenes Mytileneus. Atq; ꝙ hæc quidẽ ita fieri cernantur, etiam ij qui solo usu artem colligunt, nouere. Nemo tamen eorum ita ut in morbis notas prodidit, quibus quis intẽtus, quam quisq; uictus rationem postulet, inuenire posset. Quippe à paucissimis inuenias exacte traditas quas Empirici C syndromas, id est concursus uocant: queadmodũ in peripneumonia, & laterum cõpunctione: sed pleriq; morborum coniecturalem habent dignotionem: ut qui non ex certorũ symptomatum concursu noscantur, sed hominẽ desiderent qui omnino corporis affectum calleat, quiq; omnia quę eiusmodi affectui consonent, inuenire singulatim queat. Quippe q̃d ꝓpositũ est, nos ipsa ratiõe ducti adhuc iuuenes inuenimus. Vnde etiã manifestum est usum quantũuis longũ sine ratione talia inuenire nõ posse. Nã de Premigene cũ audirẽ nisi lauaret, omnino febricitare: collegi ratione eum fumida excremẽta gignere, quæ transpiratu emitti postularẽt. cæterũ cũ densior cutis esset q̃ ut ea transmitti oĩa sineret, collecta sub cute calorem D excitare. itaq; etiã balneũ eiusmodi naturis utilissimum esse, nõ ob id modo ꝙ fumidũ euocet, sed etiam ꝙ humectet, idq; dulci humore. Ergo placuit explicata quoq; manu Premigenis thoraci iniecta, cuiusmodi esset caloris qualitas, explorare. Vt uero acrem mordacẽq; cõperi, non dissimilẽ calori eorũ qui cępas ampliter comedissent: multo magis euentus causam probe coniectasse mihi persuadens, percontabar ecquid sudoris illi citra balneum incideret: negantẽq; id, iam firmiorẽ habere me affectus eius notitiã persuasi. Quin etiam alios quosdã uidimus quibus mordax calor erat similiter ut huic: nõ tamen hi una balnei intermissione febricitabãt, propterea ꝙ per sudores excrementa his uacuabanť. Premigeni uero præter naturalem habitũ etiam uictus ratio uel semel intermisso balneo febricitãdi occasio erat. Nã plurimũ domi uersabať: ibiq; scribens uel legens perseuerabat, propterea ꝙ Peripateticæ disciplinæ incũbebat: in qua nemini suæ ætatis erat secundus. Scimus aũt & ijs qui minime natura tale excrementum aceruant, instantẽ laborũ diligentiã, curamq; gignendi eius causam esse. Itaq; etiã alteri cuidam cui ęque atq; illi mordax calor erat, tãetsi balneũ uno die intermitteret, cõtigit nõ febrire, propterea ꝙ nec studijs deditus erat, & negocia sua per urbẽ inambulãs obibat, emens uendensq; multa, etiam pugnans subinde: in quibus sudare coactus est. Ideoq; etiã alterum quendam ex ijs qui æstate quotannis acuto biliosoq; morbo laborãt, multos iam annos seruaui exercitari uetans. Nam cũ calido siccoq; tẽperamento esset, sicuti Premigenes, etiam exercitatiõe utebatur cõcitata, tum uero sole, ac puluere. Contigit ergo ei & calorẽ immodice augeri, & cutẽ densari, atq; ad transpiratũ ineptam reddi. quæ ambo ubi cõcurrerunt, nimirum corpus cui acciderunt, paratũ ad febrem reddunt. Ergo q̃d in medendi arte semper usurpare soleo, id nunc dicã. Facilime quidẽ quod quæritur, ratiocinatio inuenit, fidẽ uero eius experientia cõprobat. Quanq; illud multo maxime mirandum est, cum Hippocrates moneat calidis naturis utilius esse in ocio agere, q̃ exercitari: non paucos tamen medicos esse qui ne norint quidem cuiusmodi tales homines sint, sed iuxta omnibus exercitationes iniungant. E diuerso nõnullos esse quibus nihil ad sanitatẽ conducere exercitationẽ placeat. Sed & tertium ab his genus esse, qui assuetis exercitari, id permittant: non assuetis interdicãt. Quorum nemo planè non errat: minus tamẽ ij qui tertio loco dicti sunt. Quippe qui cuilibet rei insuescunt, magna ex parte naturæ suæ conuenientem cõsuetudinẽ deligunt, propterea ꝙ ab ijs quę nõ conueniant, subinde læsi, ipsa repudiãt. Aliqui tamen uel dulcedine uicti, uel præ nimia demẽtia se ledi nõ sentiẽtes, in malis cõsuetudinib. persistũt: uerũ hi pauci, plures qui nõ persistũt. Quo magis rationabile est minus errare medicos eos qui omnẽ cõsuetudinẽ seruãdã cẽsent: qui uero nihil ad sanitatẽ interesse putãt, exercitatus quis cibũ sumat, an cõtra: itẽ qui oẽs exercitandos putãt: hos peius cõsulere q̃ qui prædicti sunt. Horũ uero ipsorum, si inter se cõparenť, minus incõmodi sunt, qui ante cibũ perpetuo exercitandũ esse putant. q̃d & Hippocratẽ pręcipere aliqui sunt rati: labores enim cibos pręcedere, in Aphorismis legi, nõ uidentes hoc loco de ordine eum locutũ exercitationis, et cibi, nequaq; illud affirmare, ꝙ omnibus hominibus hæc ambo conducãt: sed quibus exercitari expedit, præcedere exercitiũ cibos debere. Quòd aũt nõ omnibus prosit, & in lib. De uulgo grassantib. morbis aperte testatus est, ubi calidas naturas quiescere cẽset: & in Aphorismis tectius, sub uniuersali præcepto ubi contrariorum contraria esse remedia proponit.

XVI Porrò fieri potest, ut pugnare aliquando

uideantur huiuſcemodi præcepta: non deficienti bus qui omnem motum ipſi moto corpori conuenientem exercitationē nominent: alijs tantū eum qui uehementior ſit: ita ut priore ſignificato omnes homines exercitationem deſiderare neminē lateat: ſecundo uero ſignificato non ita ſe habere. Eorum nanq; qui in carcere ſanitatē ſuam tuētur, parum aptè mihi mentionem facere quidam uidentur: quippe qui ſpatio prorſus pereunt, ſi omnino tum ungi, tum lauari prohibentur. Quòd uero ad paucos dies inſalubri uictus rationi reſiſtūt, nihil ſanè miri. Si igitur exercitationis uocabulo omnis uenit motus: & qui inambulauit, & qui perfrictus, & qui lotus eſt, exercitatus dicet: dummodo conueniente modo præſenti corporis ſtatui ſit motus. Quòd ſi quis etiam ab his ſit prohibitus, omnino ægrotabit. Qui enim ab his in carcere prohibentur: eos nunc non modo ægrotare, ſed etiam mori uidemus, ſi diu ſint incluſi. Sin uehementiores tantum motus exercitationes uocētur, eo pacto uerum ſit non egere omnes homines exercitatione. Statim enim Premigenes ille nullum requirebat uiolentum motum, ſed nec in porticu quæ eſt ante balneum, exiguam ante lauandum inambulationem: imò unctum eſſe ex oleo, et à balneo aquam deterſiſſe, ſatis magni motus ſunt talis temperamenti homini: Hic uero & ante cœnam ambulabat, & cum amicis diſputabat. ſimiliter mane quoq; domi. Nuſquam igitur ex ipſa in totum deſidia adiutus quiſquā eſt. Sed cum quietem agere calidis naturis Hippocrates ſuadet, uehementi motione uti uetat. Porrò ipſe multos qui propter eos motus quos per totam æſtatem exercebant, in principio autumni quotannis ægrotabant, ipſis uetitis ſanos reddidi. quemadmodū igit̄ alios à uehementi exercitatione prohibui, ita alios à quiete ad exercitia traducens, cū ſæpe ante ęgrotaſſent, in ſanitate ſeruaui. Porrò hi frigidiores ſunt ijs qui tēperati & mediocres ſunt, & affectu planè contrario ijs qui calidiores ſicciores q; ſunt. Diximus autem temperamētorum notas non ſolum in libro De temperamentis, ſed etiam in libro De arte medica. Is enim uni ex libris noſtris eſt titulus. Mirandum uero de ijs medicis eſt, qui ne ea quidem quæ ſenſui euidenter apparent, agnoſcunt. Quis enim latiſſimum eſſe hominum diſcrimen nunc non uidet, adeo ut eadem exercitia, ijdemq; cibi alios bene, alios male habeāt, non ſecus ꝙ in morbis? Quare ſicuti ꝙ non om̄es eadē requirent, eos ſcire decuerat, ceu manifeſte apparens: ita cum cōmentarios ſcriberent, determinare ac docere quæ quibus uel conducerent, uel officerent, par erat. Quid igitur cauſæ fuit cur eiuſmodi determinationes, tametſi ab Hippocrate proditas, omiſerunt? Nempe quid aliud, quàm perdita ambitio, dum dogmatum principes nominari, atq; inde gloriā conſequi inter homines ſtudebant? Cuius cauſa illi non ea quidem quæ manifeſte apparēt, ſed opiniones quas ipſi ultrò ponebant, ſequi uoluerunt. Poſteri uero qui in hos inciderunt, perſuaſi pleriq; ſunt, propterea quòd nec

A quicquam didiciſſent melius, & ſimul rudes imperitiq; demonſtratiuæ ſcientiæ omnino eſſent. Qui nanq; hanc ſequet̄, facile tum uera dogmata à falſis diſcernet: tum quæ certis determinationibus ſcripta ſunt, ab ijs quæ non ita. Idem nimirum inſcitiam eorū omniū damnabit, qui citra determinationem, aliquid ſcripſerūt. Quo magis, quęnam eſſe determinationes debeant, altius repetentem, ſed breuibus, diligenter audies.

XVII Quibus mordax calor natura eſt, adeò ut fumida gignat excrementa, ijs balneū ſalubre eſt: tum motus qui & exiguus et lentus ſit. multus aūt & celer aduerſiſſimus eſt. Itaq; iſtis non ſemel modo, uerumetiam bis die lauari conducet, potiſſimum æſtate. Eſſe quoq; boni ſucci nutrimentum, B in quo nihil inſit acre. In ſole aūt uerſari, & iraſci, & multum cogitare, his inimica ſunt. Qui diuerſæ ab his naturæ ſunt (hi autē ſunt qui frigido & humido temperamento ſunt) ualentiores motus deſiderant, ac uictū in quo ſuperet, quod tenuem ſuccum faciat. Is cuiuſmodi ſit, diximus ſingulari lib. Hi uero nec ſi in ſole exercites, lædunt: nec etiam ſi balneo abſtineāt. Ac maxima quidē eſt dictarū inter ſe naturarū differētia. Aduerſiſſimum enim eſt humidū & frigidū temperamentū, ei quod calidum eſt & ſiccū. Maxima rurſus eſt & calidi ad frigidū, & humidi ad ſiccum. Porrò frigidū & ſiccum, ſenum temperamento ꝙ ſimillimū eſt. itaq; etiā celeriter ſeneſcunt eiuſmodi corpora. dictūq; de hoc temperamento ſupra abunde eſt. Humidū C uero & calidum, fluxionū uitijs obnoxiū eſt. Cæterum quod omnibus intemperatis naturis commune præceptum eſt, id expedit in hac quoq; ſeruari. Eſt autem id, ut eas corrigas quidem contrarijs, ſed dum planè in ocio ſunt: ſerues autem ſimilibus, quum per negocia ſibi uacare non poſſunt. De exercitationibus huiuſmodi corporum ita ſtatuendum eſt: plus quidem his laborandū eſſe, propter corporis humiditatem: concitato motu non utendum propter calorem. Porrò attendendū diligenter eſt, cum ex ſegniore uitę ratione ad exercitationes ſe transferunt. Illico enim fluxionum tentantur morbis, niſi prius ſint uacuati quàm exercitationes adeant. Quicquid enim in corpore concretum & craſſum in humoribus fuerit, aut etiam modice frigidum: id ſtatim inflatur, ac funditur. D Itaq; etiā in uere tales naturæ maxime ijs morbis patent, qui ex plenitudine oriunt̄: quales ſunt ſynāchę, cynāchæ, deſtillationes, quos catarrhos uocant, hæmorrhoides, ſanguinis profluuia, articulares morbi, ophthalmiæ, peripneumoniæ, laterum cōpunctiones, reliqui deniq; om̄es quorum genus eſt phlegmone. Quare etiā præuenire per ueris initiū ſanguinis detractiōe oportet, aut per inciſam uenam, aut ſcarificandis malleolis. Quòd ſi ita inaniri recuſent, purgandi medicamēto ſunt non ſimplicis facultatis, ſed quod trahere & flauā bilem & pituitā & ſeroſa excrementa poſſit. Quæ uero de exercitationū ratione diximus, eadem & de balneo dicta eſſe putandū: quippe quod ipſum quoq; non tutū eſt, niſi prius inanitum corpus ſit.

Inanito uero utile est, potissimū cuius lauacri a- A qua potabilis non est, sed in qua uis aliqua per ha litum digerendi subest.

XVIII Vinum autem frigidis siccisq; naturis utilissimū esse prius dictū est. An uero calidis om nibus idoneū nō sit, sed utilior his aquæ potio sit, sicut in libro de popularib. morbis, siue Epidemi on legimus: nunc æstimandū. Fortassis eñ absurdum omnino cuipiā uidebit, iuuenē qui athleticus, uel militaris sit, aut etiā fossor, messorúe, aut arator, uel deniq; qui robustū aliquod opus exercet, aquæ tantū potione uti: atq; in hoc falli Hippocratē, cū calida temperamēta aquę potionē poscere, absolute pronunciet. Mihi uero Hippocrates nō absolute id, sed de naturis summe calidis, quæ utiq; propter intemperiē tales sint, dixisse ui B detur: non q plurimū habeant naturalis caloris, quē ipse augeri in athletarum exercitio cōfirmat. At qui ex intemperie calidus est: is neq; athleta, neq; miles bonus, sed neq; fossor, messor, aratorúe, aut deniq; ad rustica urbanáue opera fortis un quā euadet. Quippe ualentiū hominū ea sunt munera. Porrò tales nunq; fuerint, nisi mediocri sint tēperatura. Atqui si media tēperie sint, utiq; pluri mus his fuerit naturalis calor. Ac tali quidē naturæ mediocre profecto dādum est uinum: sicuti ipsa quoq; mediocris est. Atq; hactenus saltem mediocre, quo ad ipsa mediocris est temperamenti: quando hanc quoq; necesse est non solū in senectute, sed etiam in uergentis ætatis tēpore, media C temperatura frigidiorē euadere. Sicui ergo ut in temperie quæ intra sanitatē consistat, calidissimū temperamentum sit: huic omnino uinū circumcidisse prodest. Sed cū triplex genere sit calidi temperamenti differentia, una in qua reliqua contrarietas (nempe quæ in humido siccoq; cōsistit) mediam temperiem seruat: altera in qua siccitas subsultat, & tertia in qua unà cum calido etiam humidum redundat: utiq; in qua altera cōtrarietas mediū temperamētum tenet, nunq; fuerit ultimè calor immodicus: quandoquidem huic siccitas statim superuenit. Ista uero non subiacet siccæ. At in qua siccitas calori est adiuncta, in hac incidere ali quando plurimus, ut in intemperie quæ cum sanitate cōsistat, præter naturam calor potest: idq; lon go tempore. Plurimā uerò breui spatio, etiā quæ cum humiditate cōiuncta est immoderatam caliditatem, ut in sanitatis intēperie, fieri licet. Ac ei quidē quam primo loco diximus, differentiæ, tan tum diluti uini, quod ὑδατώδης uocant, exhiberi sinemus, quātum à summa intēperie ipsa recessit: reliquarum autem neutri, præsertim cum summa sit, quemadmodum ostensum est. Quę enim tales intemperies non sunt, ijs dandū uinum est, sed exiguum et dilutū (tale porrò est quod colore quidē est album, substātia tenue) sicut ediuerso frigidis intēperātijs calidiora uina præbemus. Itaq; quod calidissimum quidē uinum est, id frigidissimis intemperantijs est utile: reliquis uero quod portione respondet. Neq; enim eius tantum meminisse oportet, quòd contraria contrariorum sint remedia, sed etiam quātitatis rationem in singulis contrarijs habere. Ergo sicuti de medicamentis ostendimus, non solum æstimādum esse calidúmne an frigidum quicquā sit, sed etiam quoti in his ordinis sit: ita & de uinis est agēdum: non solum dilutum aut calidum deligentibus nobis, sed quod ut ad intēperantię speciem calore frigoreúe suo conuenienter occurrit ac respondet. Hæc uerò dicta mihi de ijs sunt, qui mediā senectutis ætatē agūt: utiq; nec ignoranti primā eius partē esse, quæ ὠμογερόντων, id est, eorum qui cruda uiridiq; adhuc senecta sunt, dicitur, propterea q adhuc obire ciuilia negocia possunt: secundam autem cui apte no mē ipsum inditur, eo quòd ipsa sit de qua dicitur,

Vt lauit, sumpsitq; cibum, det membra sopori.

Quod tamen in tertiam non conuenit: in qua Telephum grammaticum bis terúe mense lauari dixi. Propter enim uirium infirmitatē assiduum hi balnei usum non sustinent. Accedit quòd per habitus frigiditatē mordacia hi excrementa non pariunt. Nominant eum qui ad hanc partem peruenit, græce πέμπελον, sicuti aiūt qui uocabulorum etymologijs gaudent: ab eo quod πέμπεσθαι τὴν εἰς ἅδου πομπὴν, id est, mittendus sit in pompā quę ducit ad Manes.

ARGVMENTA LIBRI SEXTI DE SANITATE TVENDA

Cap. 1. Recapitulatio breuis prædictorū, & q ars sanitatis tuendæ ad uitam producendam cōferat. Cum autem corpora multum inter se differant, sua cuiq; peculiaris est tuendæ sanitatis ratio: Galenus eā primum in homine bene temperato uitæq; liberæ, præcedentib. quinq; libris à puero ad senectā usq; considerauit. Nūc ad illos trāsit, quibus uita negotiosa est, ideoq; certa edendi & bibendi exercitijq; tempora non habēt: & illos qui ab initio statim ualetudinarij sunt. 2. Mala constitutio siue tēperies, alia æqualis, alia inæqualis est in partibus similarib. Organicæ quoq; aliæ æqualiter cōpositæ sunt, aliæ non. Ex æquali intēperie peior est unaquæq;, quo uehementior, præsertim, frigida & sicca. Inæqualium ea pessima est, quæ inæqualiter intēperatas principaliores partes habet, ut si frigidus sit uētriculus caput calidum, uel contra: item si uētriculus natura nō calens, bile interim affluat, uel aliunde refrigeret cū ipse frigidus non sit. Et similiter in alijs partib. Minus ma D la est, quæ partes non principales contraria temperie afficit constitutio. Quod primum de inæquali intemperie, eaq; calida dicturus sit. Nulla intemperies diu sola & simplex manet: sed calidior, breui siccitatem, frigidior humiditatem adsciscit. Sicca, ad statum usq; calidius facit corpus, deinde uero frigidius & excrementitium. Humida quæ moderato calori iungitur, paulatim laudabilis & temperata euadit, idq; maxime in statu, uel ætate iuuenili, quæ cæteris collata semper optima esse solet, & in cæteris ætatib. pro analogia sua cuiusque. De ætatū differētia inter se, & in roboris sanitatisq; habitu. De senio & sanitate senili. 3. De intemperie æquali calida in humido et sicco temperata, quæ ab adolescentia semper magis magisq; siccescit, itaq; humectanda est. Et primo loco, quæ puero huiusmodi status eueniant: Quænam uictus ei conueniat ratio, nempe à puero ad adolescentiam usq; eadē quæ optime cōstituto puero: deinceps uero humidior: Vomitus post exercitationes

tiones ante cibum cũ aqua tepida uel sola, uel uino dulci superpoto. Itẽ balnea: uinũ albũ ac tenue. Quod si balneatis à cibo iecur obstruatur, quibus remedijs & quo tempore utendũ præscribit, (nẽpe absinthij diluto, uel potu eiusdẽ cũ aniso) & amaris amygdalis ex oxymelite: uel diacalaminthæ. Tũ de uictus ratione quædã uniuersalia subiungit. De senum statu frigido & sicco disserit. Liber de marasmo diligẽter legendus. Tandẽ ad institutũ reuersus qualis in proposito corpore uictus per ætatis declinationẽ & senectutẽ congruat exponit. 4. De intemperie æquali calida & sicca, cui eandem uictus rationẽ esse conuenit, quæ in superiori postq̃ ephebos excesserat, nimirũ humectantẽ, idq́ eò magis, quod illa ab ortu sit statim sicca, hæc breuissime: Deinde de calida & humida intemperie æquali multo uberius, q̃ optima sit si diæta conueniẽte utatur, &c. 5. De frigida intẽperie æquali, cuius similiter differentiæ tres sunt, ut etiam calidæ: (nẽpe frigida & sicca, frigida & humida, frigida in humido siccoq́ temperata) & de uniuscuiusq; cura. 6. De corpore inculpatũ habente statum, sed uitam seruilẽ aut negotiosam agẽte. Primo aũt loco claritatis causa docet, quid sanitas sit, quid inculpate constitutũ esse. Eiusmodi igitur, quia per aliud diei tempus non licet corporis sanitati curã impendere decet circa diei finẽ, id est breuissimis quidẽ diebus occidente sole: longissimis aũt hora nona, uel decima. Quid per finem diei accipiat, horarũ diei diuersitas. Deinde diuersam multorum circa balnea consuetudinẽ ascribit, & de corporis raritate siue laxitate Hippocratis sentẽtiam.

7. Omnem morbum uel ex humorum redundantia, uel malitia produci: & quomodo utrunq; curetur, per præcepta uniuersalia. Venus. 8. Regreditur ad inculpata natura cõstitutos, sed occupatos: docẽs quoties cibum quotidie sumere debeant, & qualẽ in ijs præcipue quibus uenter bili percellitur. Palæstræ prius assueti, ubi iam negotijs impediti sunt, apotherapia uti satis habent. Itẽ de ijs quibus ante balneum esitasse aliquid conducit suo ipsius exẽplo docet. Cibo repletorum exercitationẽ duo incommoda sequi, capitis repletionẽ, quæ ambulationibus emendatur, (præcipuè ante cibum, minus uelocibus q̃ à festinantibus aliquo fieri solent: à cibo aũt tardissimis): & hepatis obstructionẽ, cuius remedia supra sunt iã præscripta, & hic quoq; repetuntur, nempe oxymeli, & dia trion pipereon. Et q̃ eadẽ quæ iecoris obstructiones aperiunt, bradipepsiam quoq; uẽtriculi corrigãt. 9. Ciborum in uẽtre corruptionis remedia fiunt per aliquid leuiter aluũ deijciẽns, & uomitum ante cibum, & alimenta boni succi, deniq; alui per conueniẽs interuallum modica subductione. 10. Contra eos qui uel intemperantia & uoluptate, uel ambitione uicti salubria præcepta negligũt, ut quidã pice inũgi recusans. Hinc occasione sumpta illitionis cũ pice, & dropacis usus commendat ad alimẽti distributionẽ, qua gracilitas in bonum habitum restituatur. 11. Quænam pòst pittosin, hoc est picis inunctionem (ea enim præstantissima est) corpus gracile reddant habitius, & obæsum extenuẽt. Tandem hominis non liberi, & æquali affecti intemperie curationem è superioribus satis intelligi describit. 12. Inæquales status triplices facit. Deinde ad tertium se hoc loco conuertit, qui in partibus instrumẽtalibus consistit: cuius primum exẽplum per capitis in subiectas partes distillationẽ ostendit, unde multi ac uarij prodeunt affectus: quorum omnium cura particulari relicta, ad solius capitis ceu malorũ fontis curatiuã rationẽ se cõuertit. De thermis multa. 13. Quomodo caput calidius & æstuosum sit tractandum. Deinde quæ in arteriarum intemperie fit arteriotomian, non huius artis esse docet. Tertio, ex nimium acuto neruorum sensu capitis assi-

A due dolentis medicationem proponit, quæ bilis generationi mature cibum exhibendo resistit, aut genitam per uomitũ uel aluum expellit. De absinthij & aloes usib. De uentri admouendarum unctionum differẽtia, usu & tempore. 14. De his quibus nõ solum caput destillationis causa inæquali tẽperamento afficitur, sed uẽter quoq; calidior frigidiorue est, q̃ par sit. Facilius sanè curantur cum calida in uentrẽ calidum, uel frigida in frigidum à capite fluunt. Pessimum aũt est cum in calidũ uentrẽ frigidi succi destillant, præsertim cum neq; ad aluum, neq; ad uomitum facilis est homo. Minus malum est cum calidi humores in frigidum uentrem defluunt. Facillime uero curantur ij quibus in frigidum uẽtrem humores pituitosi feruntur à capite, per medicamẽ dia trion pepereon, uel piper potissimum album. (De absinthio & aloe. de picra ex aloe, eiusq́ cõpositio triplex. Diospoliticũ quibus prosit, nempe uẽtri frigido) cum uenter calidus est, & caput destillationẽ mouens frigidum, quid agendum. 15. De inæquali illorum temperamento, quibus imbecillus est stomachus, & uenter

B sistitur: utrunq; enim ab alterius remedijs læditur. Iubet igitur eos ante cibum uentrem subducentibus uti, à cibo autẽ roborantibus stomachum, id est os uentris. Expulsiua facultas cum alicunde cœpit, procul pergit, proximis quibusq; uim à primo motu acceptam seruãtibus, & alijs deinceps tradentibus. 16. De gracilibus quorum renes sunt calculosi: deq́ eorum uictus ratione, quam recensendo historiam cuiusdam sic affecti declarat. Esto autem diæta media inter tenuem, & crassam siue obstruentẽ. In arthricis & podagricis gracilib. idem iudicandum: idq́ eo magis, quanto calidioribus siccioribus magisq́ tenuãtibus, q̃ nephritici præsidijs egent. In utrisq́ uero gracilis ille corporum status ab affectuum suorum remedijs læsus, magis emaciatur: Et ipsi uicissim affectus ab ijs læduntur quæ corpus reddunt habitius. Pisces. (Aues quæ comedendæ, de lacte, & q̃ solum asininum eis permittendum sit) Sani pharmacis & tenui uictu abstineant. 17. In Destillatione à capite, ipsum met est initio curãdum & firmandũ: dein affectæ particulæ, aliæ quidem roborandæ: à præstantioribus autẽ & utilioribus humores per os uel nares deriuãdi, quod in oculis ostẽdit, ac auribus: & quomodo roborentur. Item ad exulcerationes aurium remedia aliquot. 18. Si qua corporis est particula debilis, at ab alijs uicinis robustioribus mali causam accepit, ipsa propter suam imbecillitatẽ impotens aliorsum propellere: et hæc quidem semper dolet, cum causam coniunctam semper habeat. Aut (nisi aliunde accesserit, neq; causa sit externa) per se dolet, idq́ propter humorum in ipsa particula multitudinẽ uel malitiam.

C Curandum est igitur idoneis exercitijs, et uictu tenui: Vnde si neq; corpus totũ, neq; particula male habeat, ita pergendum. Sin corpus quidem bene habet, particula aũt affligit, tũc aut magis tenuãdus erit uictus, aut certo anni tẽpore purgandũ, si cacochymia sit: aut mittendus sanguis, si is redundat. At si corpus emaciatur, leuatur aũt particula, picatione utendum. 19. De his quibus abundat genitale semen, emissum uero dissoluit uires, et emaciat corpus. De lumborum inunctionibus, et lamina plumbea lumbis annexa. Valde frigida neq; assumenda, neq; substernenda. Iubet abundantes genitali semine ante somnũ coire: deinde mane per sindonem ad ruborem usq; fricari, mox frictione per oleum uti: nec multo interposito spatio, panẽ optimum è uino sumere. idem ad conuulsiones comitiales commẽdat. 20. De præparatione ac usu medicamenti de succo cotoneorum. De tempore exhibendi & dosi eiusdem.

D

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SEXTVS.



ALIVD huius de sanitate tuenda speculationis argumentũ hoc libro inchoaturus, repetenda censeo eorum quæ hactenus tractata sunt, capita: quæ utiq; dicẽdis sunt necessaria. Igitur primum diximus quid sit sanitas: secundo loco generalis eius descriptio posita est: tertio quẽadmodum seruari ea possit, est proditũ. ad hæc illud adiectũ, animalium corpora perpetuo mutari, indeq; adeo necesse esse sanitatẽ eorũ quæ aliàs corrumpi periclitent, nostræ procurationis indigere anteq̃ tã notabilis mutatio fiat, unde iã manifeste ægrotent. procurationẽ uero non aliunde constare, quàm ex cibo potioneq;, quibus quod de substantia corporis decidit, reficiatur. Altera incurabilis esse demõstrata mutatio est, scilicet quæ pro ętatis ratiõe accedit: propterea quòd cuiusq; animalis corpus à prima genitura ad exitum usq; toto interueniente tempore siccescat. Cæterum qui salubrem uiuẽdi rationem ignorant, credibile est hos citius quàm pro naturę ratione interire. Quoniam autem (ut diximus) necesse est omne genitum animal nutriri, substantia uero ciborum uniuersa in nutrimentum non abit, ac proinde uitiosum quiddam ex superuacuo eius relinquitur, q̃d proprie excrementum uocant: præparatæ à natura quædam corporis partes sunt, quę id secernant atq; emittant. Plurima uero cum sit in naturis corporum differentia, rationabile est suam esse cuiq; sanitatis tuendæ prouidẽtiam. Primum igitur eo homine qui optimo sit statu, ꝓ materia tractationis proposito: quẽadmodum hunc quispiam in sanitate custodiat, tradere studuimus. Cum autem uariæ occasiones sint, quibus secũda ualetudo uarie cõuellitur: eum qui optimo corporis sit statu, [uni sibi uacantem] ac ab omni ciuili negocio liberũ, in sanitate seruare proposuimus. Atq; hunc quidem cum in primis quinq; libris quemadmodum quis à prima ineunte ætate ad ultimam usq; senectutẽ in sanitate custodiat, docuerimus: nũc ad eos ueniemus quibus per negociorum qualitates esse, bibere, atq; exercitari debito tempore nõ licet: præterea ad eos qui statim ab ortu ualetudinariũ corporis statum sunt sortiti. Sanè breuior erit de his sermo quàm prior, quamuis suapte natura longior sit, propterea quòd plurimarũ materiarum uires quibus ad secundæ ualetudinis tutelã utimur, prædictæ iam sunt. Nam cum frictione, balneo, exercitatione, cibo, potione, fomento & perfrigeratione, ueneris tum usu, tum abstinẽtia, & siquid aliud eiusmodi est, mutationes fieri corporis cernamus: utiq; horum omnium uires (ut dixi) prius sunt proditæ.

II Vitiosi autem corporum status genere duplices sunt: cum elementares & primas corporis particulas, quas Aristoteles ὁμοιομερῆ, id est similares uocat, alij æquabiliter, alij inæquabiliter attemperatas habeant. Dico autem æquabiliter tẽperari, cum ad aliquam intemperiem uersæ æquabiliter corporis particulæ omẽs, aut frigidiores iusto, aut calidiores sunt redditæ, aut sicciores, aut humidiores. Inæqualiter uero quum nõ similiter omnes uersæ fuerint, frigidiores iusto, aut calidiores factæ, aut sicciores, aut humidiores. Et per cõiugationẽ quædam calidiores simul & sicciores, quædã humidiores pariter & frigidiores, & quædam humidiores & calidiores, quędam sicciores et frigidiores. Quinetiã in instrumẽtalium partiũ compositione quædam æquabiliter, quædam inęquabiliter sunt cõditæ. Ac primum quidẽ dicam hic quoq; qui status corporum sunt maxime ualetudinarij, sicuti & prius qui maxime sanus esset ostendi. Verum is unicus erat. etenim in omnium rerum genere quod optimum est, id unum est: uitiosa uero plurima sunt. Duplex tamen est eorum secundum genus discrimen, ceu paulò ante dixi: alijs simili intemperie omnes partes habentibus, alijs dissimili. Atq; eorum quidem quæ similẽ intemperantiã habent, ea pessima esse constat, quæ has ualidas habent, ac potissimum frigidas simul & siccas. At corporum inæquabiles status habentium, ne numerare quidem uarietates facile est. Cæterum illa quoq; duplici genere speciéue, siue quouis alio modo nominare uelis, uariare licet. Nã maxime quidẽ ea morbis patet, quorũ principes maxime partes cõtrarijs tẽperamẽtis sunt affectę. Minus obnoxia ualetudini sunt, quib. diuersæ à principib. partes ita se habẽt. Equidẽ aliquos iã uidi, quibus uẽter frigidus erat, caput calidũ: sicut cõtrà quibus caput frigidũ erat, uẽter calidus. Vidimus aũt & ex accidenti, nõ primũ, nec propria tẽperamenti ratione assidue afflictũ bili uentrẽ, qui alioqui nõ erat natura calidus. æque uero & refrigeratũ alterũ, quãuis nõ esset natura frigidus. ad eundẽ modũ & caput, & iecur, & lienẽ atque etiã alias partes, aliarũ quandoq; intemperãtijs affici, cum aut ipsæ haudquaq; lęsæ in proprio tẽperamento essent, aut etiã contrariũ planè q̃ aliæ affectũ haberẽt. Primũ ergo de ijs uerba faciã, qui æquali sunt intẽperie: idq; ab ijs qui præcalidi sunt, auspicatus. Sanè dictũ à nobis in libro de tẽperamentis est, fieri nõ posse ut intemperies quælibet sola diu duret: quãdo ipsa sibijpsi alteram ex necessitate adsciscit. Indeq; factũ ut pleriq; medicorũ quatuor tantum esse intẽperantias putarint, easq; cõpositas: simplices uero ne esse quidẽ. Nã & calidã, dũ humiditates semper cõsumit, parere siccitatẽ: & frigidã, dũ nihil absumit, humoris incremẽto quodãmodo conferre. Eodẽ modo et siccã, per eas ætates quibus augescit animal, calidius ipsum semper efficere. quib. uero decrescit, refrigerare: & siccare quidẽ solidas corporis particulas, cõgerere uero abũdantiã excrementorũ. Simili modo si humida cũ moderatè calida coierit, existere

ſtere aliquãdo in utraq; oppoſitione mediã tẽperiem. Vtranq; oppoſitionẽ intelligo,& quę ex calido ac frigido cõſiſtit, et quę ex ſicco & humido. Erit autem medij temperamẽti(q̃ εὔκρατον Græci uocant)eiuſmodi intemperantia,in ipſo præcipui uigoris tempore,quam ἀκμὴν Græci uocant. ſed & in uergẽtis ætatis tẽpore, prout ipſi conuenit. Optimam nanq; temperiẽ in adoleſcẽtia corpus obtinet:reliquę omnes ætates deteriores hac ſunt:ut prius eſt oſtenſum. Atq; hoc etiam meminiſſe conueniet, unum id quoq; ex ijs quæ dicta ſunt. Cũ eñ duplices actiões in animalib. ſint, certe corporales pueri præcipuas obtinent:quæ animi ſunt,ea quæ à pueris ad uergentem uſq; ſuccedit ætas. Nec tamen eſt has ætates annorũ numero circumſcribere, quemadmodum nõnulli fecerunt:niſi forte in latitudine quadã. Ergo pubeſcerẽ quidẽ incipiunt aliqui, ubi quartum decimum annum expleuerunt, quidam uno poſt anno, aut etiã amplius. Initiũ præterea uergẽtis ætatis nonnulli habẽt ſtatim à trigeſimo anno, nõnulli poſt quintum & trigeſimum. Ac robur quidem omnibus minuitur, poſt ipſam ſummi uigoris ætatem. non tamen hi ſanitatem amittunt, tametſi minus hanc q̃ ante laudabilem habent. Cæterum hanc habent non ſolum uſq; ad initium ſenectutis, uerum etiam in ipſa ſenectute tota: quæ ipſa quoq; quibuſdam naturalis eſſe morbus uidetur. Cum eñ nec dolore angũtur ullo, nec ullam actionum earum quibus ad uitæ munia utimur, aut penitus amiſerunt, aut omnino imbecillam habent, utiq; ſani ſunt, ſanitate quæ ſenectuti ſit congrua. Meminiſſe enim profecto oportet eorũ quę de ſanitate demonſtrata ſunt, nempe quòd ampla ſit eius latitudo. Iam ſi tertia quoq; corporis affectio eſt, quã neutrã Herophilus appellat, quæ in ijs qui è graui euaſerunt febri, conualeſcẽdi tempore cernitur, & ſenili ætate: omino extra morbum ſenes erunt: actiones tamẽ perinde ut ij qui in flore ætatis ſunt, firmas ualentesq; non habebunt. Verum ſi ad uidendum, audiendum, ingrediẽdum, aliaq; facienda quæ ſeni expediunt, nullo deficitur corpus: etiam hoc rationabiliter ſenis ſanitatẽ nomines, utiq; totum hoc iungẽs, ſenis ſanitatem: non abſolute ſanitatẽ. Hæc enim propter ipſam actionum uirtutem integra eſt: & de qua queri nõ poſſit. Senum ſanitas querimonijs non uacat. Quamuis enim omnes actiones habet, nullam tamẽ ualidam habet. Atq; adeo illa pars artis quæ de ſenũ ductu inſtituitur, huc tantum conſilia dirigit, ut ſanitatem eorum quatenus fieri licet, tueatur. Corpora uero quæ à prima ſtatim genitura pronũ ad morbos ſtatum ſortita ſunt, ea planè ad ſenectutẽ nũquam peruenient: aut ſiquando peruenerint, uno ſaltem diutino morbo penitus laborant.

III Propoſuimus aũt in hoc libro de ijs diſſerere, qui uitioſo corporis ſunt ſtatu: atq; hos quẽadmodum ſanos plurimũ tueamur, diſquirere. Ergo initio ab ijs ſumpto, qui parẽ in omĩbus corporis partibus intemperiem habent: primum de ijs agamus, qui calidius temperamẽtum ſortiti ſunt, cæ-

A terum in humiditate ac ſiccitate modice ſe habẽt. Ac talis quidem corporis natura ab initio ſtatim magis apparet ſana, quàm ea quæ in utraq; oppoſitione uitioſa eſt. Vtraq; oppoſitionem intelligo, & quæ ex calido & frigido cõſiſtit, & quæ ex humido & ſicco. Eadem dentes edet citius, & citius articulatam uocẽ proferet, & citius ingredietur, & ſingulis annis ad portionẽ increſcet. poſtea uero quàm adoleſcẽtiæ annos compleuerit, exinde ad uergentẽ uſq; ætatẽ manifeſte calidior apparebit, ſic ut tũ morbis, tũ ſymptomatis quæ à bili oriunt, facile ſit obnoxia. Multus nanq; calor dum humorem abſumit, ſiccius temperamentum reddit. At cũ florens iam ætas itẽ calida ſit, nimirum cõpoſita, eorũ temperies calida ſimul ſiccaq; erit.

B In talibus aũt temperamentis bilis abundare tum pallida, tum flaua, ſolet. Ergo qui hac natura ſunt, ad ætatem uſq; adoleſcentię ſimiliter educandi ijs ſunt, qui optimæ ſunt naturæ: de quibus dictum in præcedentibus eſt. Poſtea uero q̃ abſolutum eorum corpus ſit, cõſiderare oportet utrúmne bilis excrementum illis per aluum expellitur, an ad ſuperiorem uentrem ſit propenſum. Si enim deorſum feratur, conſtat non debere eſſe ſolicitos. Sin ſuperiorem uentrem petat, per uomitum eſt emittẽdum, ſcilicet longe ualere iuſſis philoſophis ijs qui uomere ex aqua tepida poſt exercitatiões ante cibum uetant. Nam uino nec ipſe ſanè tum eſſe utendũ ſuaſerim, niſi difficulter id faciãt ex aqua. Quippe eiuſmodi quædam corporũ naturæ ſunt:

C quibus utiq; uinum dulce, ſed ubi aquam præbiberint, eſt concedendum. Præterea etiam magis ubi temperamentum eorum ab initio calidius ſicciusq; fuit, uomitio petenda eſt: propterea quòd magis etiã hi biliosi ſunt in præcipui uigoris ætate. Quin et exercitari his utilius eſt, nõ acutis exercitationib. & præuegetis, ſed potius tardis & mollib. Sunt eñ omẽs qui hoc ſtatu ſunt, graciliores. Acutæ uero exercitationes cõſenſu gymnaſtarũ omnium extenuãt: ſed lentę cõtrà corpus implẽt. Sunt uero ex ijs qui impenſe calido tẽperamento ſunt, & qui exercitari prorſus non deſiderant, ſed abunde his ſatiſfaciunt inambulatio, & balneum ubi mollis ex oleo frictio præceſſit. Acre nanque & mordax calidum, id eſt quod ab his exhalat, non uaporoſum, quale ἀτμῶδες Græci uo-

D lat, non uaporoſum, quale ἀτμῶδες Græci uocant, nec ſuaue, citraq; morſum. hos uero à cibis quoq; balneum iuuat. Quidam uero eorum incredibile eſt quàm etiam obeſi ſunt redditi ex tali uictus ratione. Antiquum autem uinum inimicum his eſt: album uero ac tenue idoneũ eſt. Aeſtimandum aũt in omnibus eſt qui à cibo lauantur, num in dextera præcordiorũ parte, ubi ſitum iecur eſt, dolorem aliquem aut grauitatem, aut tenſionem ſentiant. Eiuſmodi nanq; corporum ſtatus iocinoris uitijs tentari ſolet, ſi balneo poſt cibum utãtur. Ac ſiquando eiuſmodi aliquod uitium ſentiũt, illico dandum aliquid eſt eorum quæ obſtructũ iecur liberent: abſtinendũq; ab ijs cibis qui craſſum efficiunt ſuccum, ac potiſſimum ſi ijdem glutino ſi ſint. De his dictum abunde nobis eſt in tribus libris

bris quos de alimentorũ uiribus scripsimus: prętere a in eo libro quē de euchymia & cacochymia, id est de cibis boni & mali succi, edidimus: itemq; in libro de extenuante uictus ratione. Quippe qui dolorem in iocinore sentiunt, ijs tali uictus ratione utendum omnino est, quoad dolor se remiserit, & dextra precordia leuia quodammodo sentiant. Vtile sanè fuerit & liquorem in quo macerata sit absinthij coma, offerre: præterea quod tum ex ea, tum ex aniso & amaris amygdalis conficiť: quod etiam bibere ex oxymelite præstat in eo tēpore, quod inter surgendum lauandumq; interuenit. Nam & postq; confecta sunt quæ ex uētre ad iecur redduntur, talia exhiberi præstat: & temporis aliquid eorum operi ante cibum sumendũ dari. Non inutile est & medicamentum quod diacalaminthen uocant: cuius compositionē in quarto horum cōmentariorum scripsimus. Verum in biliosis tēperamentis cauere oportet huius assiduũ usum. Sed & siquando horum quispiā eo propter iocinoris obstructiones utitur, utilius est ex oxymelite id bibat. Porrò alimenti species, siquis horum temperamentũ uertere in melius studet, contraria esse intemperantiæ debet. Sensim uero id fiet citra noxam, si & præsit medicus: & qui curatur, ita sit à negocijs liber, ut omnia suo tempore peragat. Nam qui in rebus ciuilibus uersatur, & multis negocijs distringiť, huic tutius est, ut nec tentet tēperamentum suum mutare, sed accōmoda sibi nutrimenta sumat. Porrò apta sunt humidis quidem humida, & siccis sicca. Nutritio enim fit, cũ is qui nutrit cibus, corpori quod alitur, assimilatur. Citius autem assimilantur sicca siccis, & humida humidis. Quibus uero æquale temperamentum est, ijs quanto iucundius fuerit quod comedunt, tanto utiq; fit magis nutriens. At qui inæqualem temperiem sunt sortiti, ita ut his aliud iocinoris temperamentum sit, aliud uentris, aut alicuius eorum quæ circa iecur sunt: ijs diuersum est quod assumptu iucundum est, ab eo quod cuique particulæ est idoneum. Quoniam autem ostēsum est duplex esse quod singulis conueniēs est, aliud quod secundum simplices qualitates, aliud quod secundum totam substantiam: quod simplicibus qualitatibus maxime aptum est, id quale nam sit, superius paulo est comprehensum: idq; seu mutare intemperiem per ocium uelis, seu cedere cogaris propter negocia. Quod ex tota substantia idoneum maxime est, sola experiētia discernitur. Ac maximā quidem uim habet ad ea quæ edũtur bibunturq;, non in uentre modo, sed etiā toto corpore conficienda, totius substantiæ conueniētia: cuius ratione nutrimēta animalib. & uaria, & speciebus multũ inter se diuersa habentur: cum nulla similitudo sit eius quod ex palea & herbis accedit, ei quod ex ossibus & carnibus. nulla societas eius quod ex pane est, cũ eo quod ex cicuta & ueratro. nam & hæc animantium quibusdam nutrimenta sunt. Fiunt autē & qualitatibus conuenientiæ: utiq; si seruare temperamētũ studes, humidis naturis humectante cibo maxime quadrante: siccis uero, eo qui siccet. sin alterare placet, contrarijs. In eo aũt qui est in calido frigidoúe ad intemperantiā lapsu, cōtraria dare semper expedit: cum & efficacissimæ eiusmodi intemperies sint: & (ut ita dicam) magis quàm quæ ex siccitate & humiditate cōsistunt, potentes: quippe cum facile similibus nutrimentis in morbosam intemperantiam abeant. At si siccius quoduis mēbrum efficias, nihil manifeste lædes. pari modo nec si humidiori suam humiditatē serues. Euidenti uero argumento tibi & ætates sint. Quæ enim à prima genitura ad adolescentiā usq; habētur, humidissima ijs caro est: senili ætati impēse sicca. Meminisse uero in huiusmodi sermone oportet, eorum quę in opere de temperamentis sunt scripta, scilicet ne quis existimet qui superuacuis excrementis oneranť, hos humido temperamento esse. quæ res eos qui senectutē frigidā & humidam putarunt, falsos habuit. Non enim ipsæ particulæ senum humidiore temperamēto sunt, sed ipsæ capacitates quæ inter corpora patent, tum senum, tum eorum qui humidis morbis laborant, superuacua humiditate implentur. Porrò cuiusmodi siccus morbus sit, certa sciētia cognoscet, qui librum quē de marasmo inscripsimus, diligenter relegerit non semel bisúe, nec transcurrens, sed singulis insistens atq; intētus. Sanè qui hæc commode leget, hunc exercitari prius cōuenit in secundo de tēperamentis libro, in quo demonstratum est senis temperamentum siccum esse. Verum quod in præsentia nobis propositum est calidius iusto corpus, si quidem in prima constitutiōe mediũ humiditatis siccitatisq; habitũ habuerit, omino id in uigoris ætate (quā ἀκμὴν uocant) siccũ efficitur, idq; tum magis, tũ celerius, si etiam natura siccius erat. Sed & senescet idem citius, quanto utiq; ad summum uigorem peruenerit citius. Nam cum omnes in uergente ætate siccescimus: ratio est ut qui natura sit siccior, in senilis intemperantiæ siccitatem citius perueniat. Hi ergo in præcipui uigoris ætate potissimum humidam uictus rationem postulant: cuius formulam proxime descripsimus. perficitur enim humectantibus cibis ac balneis, tum exercitationum & quę concitatæ & quæ multæ sunt, abstinentia. Hi adeo æstatis tempore & citius lauētur, & à cibo iterum. prodest his & frigidæ potio. At uenus siccis temperamentis est inimicissima. Vitandæ quàm maxime his sunt exustiones solis, & lassitudines, & solicitudines, & uigiliæ, & motus omnis celer. Iracundia uero cum biliosas naturas maxime accendat, acutas febres parit.

IIII Itaq; quæ uictus ratio ijs laudať qui status uigoris tēpore tēperie sunt calida, humiditatē tamē ab ortu mediocrē habebāt: hæc ijs qui natura calidi sunt & sicci, magis cōuenit. Nec dubium est quin modus quoq; excessus superantis elementi in primis considerandus sit. Siquidem eatenus intēdere, remittere, aut augere uictus speciē oportet, quatenus supra naturalem habitum aucta diminutáue sunt temperamenti elementa. Quapropter si eorum qui natura humidiores calidioresq; sunt

sunt, mutare temperamentum ad frigidiorē sicciorem-q; speciem libet: contrariam his uictus rationem exhibeas oportet. sin id custodire placet similem. Sanè eiusmodi naturæ in puerili ætate fluxionum & redundantiæ morbis maxime tentantur, itemq; putredinis. quo magis & pluribus exercitationibus & exacta uentris concoctione indigent. Quicquid enim in hoc corrumpitur, id toti corpori morborum putredinis occasio fit. Itaq; & ante cibum bis terq; hi si lauent, ac calidis sponte ortis utantur: maximũ inde cõmodum sentiunt. Quippe huc dirigitur in his cõsilium, ut ipsas animalis particulas seruemus humidas. Quæ res omnis tẽperamenti cõmunis est; si modo cõtraria ratio omnium animantiũ corpora citius ad senectutẽ perducit, ipsaq; sit cuius culpa omne genitum corpus mortale sit. Quippe si fieri posset ut tẽperamentũ corporis humidum perpetuo seruaretur, uerus sophistæ cuius inter initia operis memini, sermo esset, qui sibi auscultantẽ promisit immortalem fore. Quoniam uero naturæ progressum qui est ad siccitatem, effugere corpori nõ licet, ut ante docuimus: iccirco senescere nobis corrumpiq; necesse est. Erit tamen id maxime diuturnũ, quicquid erit minime siccatum. Verum cum humida uictus ratio excrementa & succorũ abundantiã pariat, difficile est ita mediocritatẽ seruare, ut neq; morbi incidant, neq; senectus maturetur. Quod tamen ad ipsius temperamenti rationẽ attinet: qui maxime sunt humidi, ij maxime sunt longæui. Iidem & sanitate, ubi corpus ad robur peruenit, plus cæteris fruuntur: & cæteris qui parem ætatem agunt, ualentiores ad extremũ usq; senium sunt. Ideoq; fermè tum medicis omnibus, tum philosophis qui corporis elementa diligenter inuestigarunt, temperamentum id laudatum est. Immo etiã unum id proinde secundum naturam se habere quibusdã est uisum. Nam quanq; in principio sit deterius, tẽpore tamen reliquis præstantius euadit. Quo magis qui tuendæ huius corporis sanitati præficitur: ijs quæ ab ipso defluunt, prospicere debebit tum exercitatione (ut dixi) tum balneis ante cibũ pluribus, tum uero ijs quę per uentrẽ & urinas reddũtur, excernendis. Nec prohibet præterea quicq;, quin & apophlegmatismis & purgationibus aliquando utatur: anteq; omnia cibis boni succi, ac uini potione quod urinas promoueat.

V Et de calidis quidem temperamentis abunde dictum est: de frigidis deinceps agendum. Sũt porrò & horum tres summæ differentię. Nam aut moderatè se habent in altero contrariorum pari, ita ut nec humidi sint, nec sicci: aut alterum in his redundat, utiq; uel siccum, uel humidum. pessima tamẽ meritò sicca temperatura est. quippe quod temporis spatio senescẽtibus accidit, id his statim ab initio contingit. Ergo istos humectare calfacereq; oportebit. Id fiet exercitatione moderata, & nutrimẽto humectãte ac calido: præterea uini calidi potiõe, et somno liberaliore: illud interim prouidentibus nobis, ut excrementa omnia quæ uel ex cibis uel potione proueniũt, quotidie expellã-

A tur. De ueneris usu dictum suprà est, eam omnibus qui sicco temperamento sunt, inimicam esse. Nũc uero etiam ex hoc numero potissimũ aduersa est ijs qui supra siccitatẽ frigidi quoq; sunt. Nã innoxia uenus ijs tantũ est qui calidi humidiq; sunt: tũ uero qui genitura naturaliter abundãt. de quibus inter inæqualia temperamenta mox dicetur. Malum uero et illud frigidũ temperamentũ est, quod cum humiditate coniungitur: maximeq; id fluxionum morbis est obiectũ. Succurritur huic & balnei abstinentia & exercitio, & tenuiore uictu, & unctionibus quæ modice calfaciant: quarũ forma narrata prius est, ubi de lassitudine egimus. At qui frigidi natura sunt, cæterũ in sicci humidiq; tẽperatura moderate se habẽt: minus ij uel ad sanitatẽ,
B uel ad corporis robur sunt inepti, quàm qui in illis sunt intemperati. horũ igitur exercitare firmareq; calorem expediet. In humiditatis uero siccitatisq; specie, tota uictus ratio media est exhibẽda.

VI Atq; hæc mihi omnia de ijs dicta sunt, quos æqualis intemperies premit, hoc est quibus omnes corporis partes ad calidius, uel frigidius, humidius, uel siccius similiter sunt inclinatæ. De ijs uero qui inæqualem corporis constitutionem habent, nõ potest paucis differi, propterea q numerosæ horum uarietates sunt: cũ alijs alia particula male tẽperata sit. Sed & si duas tantũ quis intẽperatas habeat, harum quoq; uarietates non paucæ sunt. Proindeq; cum prius docuero quænã ijs exhibenda sint, quibus inculpatus quidem est cor-
C poris status, uiuunt aũt uitam seruilem, siue uarijs casibus obnoxiam, siue quouis modo aliter appellare placet: ab ijs uero, quænam ijs qui æqualẽ intemperantiam habent in simili uiuendi genere: transibimus dehinc ad eos qui inæqualem in corporis partibus statum habent. Ergo salubris & inculpatus corporis status, in latitudine (ut sæpe dictum est) intelligi debet: sicuti etiam ipsa sanitas. Nã neq; sanus esse quisquã nostrũ uideri potest, ea saltem quæ omnino inoffensa inculpataq; sit, sanitate: neq; inculpabili esse corporis statu. At sanos esse dicunt, qui nec parte aliqua corporis dolẽt, & ad uitæ munia haudquaq; sunt impediti. pari modo & corporis statu illæso esse, cũ nec ab externis occasionibus facile in morbos incidũt, neq; ab internis. Illo nimirum pro rẽ certa prius defini-
D to, assidue ægrotare aliquos non ob propriũ corporis statum, sed propter uitiosam uictus rationẽ: dum aut in desidia uitam exigunt, aut nimium laborãt, aut in ciborum qualitate quantitateue aut tempore peccant, aut exercitiũ aliquod noxium exercent, aut in somni modo, aut ueneris immodico usu falluntur, aut etiam ægritudine animi, curisq; parum necessarijs se macerant. Quippe non paucos nouimus eiusmodi de causis quotãnis ægrotare: quos tamen non dixeris uitioso corporis esse statu: sicut eos qui cum nullo horum quæ recensui, deliquerunt, tamen perpetuo ęgrotant. Ergo primũ propositus sermoni is esto, qui corporis statum in latitudine inculpatũ habet. quiq; alteri uiuens, toto die ministrat, aut maximo magistra

tui

tui, aut monarchæ: cæterũ ad extremũ diei liber à domino diſcedit. Quo loco rurſus definiendũ nobis eſt, quẽ finẽ diei dicimus: quando aliàs lectori ſermo noſter imponat, niſi certa limitatiõe ſequetur. Si enim dixero diſcedere tũ primũ hominẽ ad corporis ſui curã, cũ ſol occidit, nec adiecero quo die id uelim, circa'ne ſolſtitiũ, an brumã, an circa æquinoctia, an alio quopiã tẽpore quod dictis interuenit: non poſſunt cõmoda præcepta tradi. Romę eñ maximi dies ac noctes paulo maiores quindecim æquinoctialibus horis ſunt. cõtra minimi, paulo intra nouẽ. In magna uero Alexãdria maximus dies quatuordecim horarũ eſt, minimus decem. Ergo qui in breuiſſimis diebus, & lõgiſſimis noctibus à miniſterio occidẽte ſole redit, huic fricari per ociũ & lauari, & moderatè dormire licet. Porrò nemo eſt cui nec in maximis, nec etiã his, licet aliquid mediocriter agere. Nec ipſe profecto quenq̃ noui tã infelici uitæ ſorte. Antoninus eñ, qui imperatorũ quos ipſi uidimus, prõptiſſimus ad curã corporis uenit, breuiſſimis diebus ſole occidente in palæſtrã ingredit̃: longiſſimis aũt hora nona, aut ad ſummũ decima. Quare licet ijs qui illi in diurnis officijs adſiſtũt, ubi diſceſſere, reliquo diei tẽpore corporis curã agere: ita ut ſole occidẽte ad ſomnũ ſe cõuertant. Nam cũ minima nox nouem horas æquinoctailes æquet, abũde his fuerit ſi id totũ tẽpus in ſomno ſumpſerint. Ergo uidendum eſt aſſuetúſne per anteactã uitã exercitationi talis miniſter fuerit, an citra exercitationẽ lauari. Nam ſunt qui ne frictionẽ quidẽ ſibi adhibeãt, ſed protinus perfuſi oleo balneũ ingrediant̃, aut etiã ſtrigili tantũ arrepto, quo ſudorẽ in ipſo balneo deſtringant. Ac nonnulli quidẽ hanc cõſuetudinẽ moderatè ferũt, ita ut aliqui eorũ nec aſſidue ægrotẽt, nec per longũ tẽpus, utiq; quibus libera corporis trãſpiratio eſt, εὐδιαπνεύστους Greci uocãt. eoſdẽ aliqui tũ medicorũ, tum gymnaſtarũ, ἀραιοσυγκρίτους Græce appellant, id eſt rara corporis miſcella præditos. Quin dictũ & ab Hippocrate eſt huic generi hominũ ſanitatẽ magis cõſtare. Ait enim: Raritas corporis ad tranſpiratũ, quibus plura per cutim ferunt̃, ſalubrius. quibus pauciora, minus ſalubre. Hanc corporis naturã ad aliã cõſuetudinẽ transferre non oportet, ſed nec ullã omnino aliam naturam quæ per longum tempus ægrotat.

VII Quòd ſi qua aſſidue ægrotet, diſquirere in ea cauſam cõueniet. Ea inuenietur, ſi initiũ inquiſitionis ab ægritudinis ſpecie cœperimus. Quicquid enim eorum quæ in ipſo ſunt, corpus affligit, duplici id occaſione oritur, aut redundantia, aut ſucci uitio. Ac ſi quidẽ redundantiæ uitijs ægrotare uidebitur, huc uniuerſa tẽdet uictus eius ratio, ut ſuccos ad cõuenientẽ modũ reuocet. ſin ex ſuccorũ uitio, ut pares eos faciat. Prius aũt ſpecialiter dicetur quemadmodũ proſpiciendũ mediocritati ſit, quæ in quantitate ſpectatur. poſt quemadmodum æqualitati, quæ in qualitate cõſiſtit. Itaq; iam de priore agamus, ducto tandem ad principiũ ſermone. Vbi quod ex corpore exhalat, minus eſt ijs quæ accepit, redundantię oriri morbi ſolent. Ergo A proſpiciendũ eſt ut eorũ quæ eduntur ac bibunt̃, reſpectu eorũ quæ expellunt̃, cõueniens mediocritas ſeruetur. Sanè is modus ſeruabit̃, ſi ponderabitur à nobis in utriſq; quãtitas. Qui enim balneũ ſtatim ingrediuntur, ijs poſtea frictione uti, atq; etiã prius paulũ dimoueri: qui uero hæc prius obierint, paululũ etiã hæc ipſa inaugere ſuadebimus: detrahere uero de nutrimenti uel quantitate, uel qualitate, uel etiã utraq;. Qui enim celeriter notabilem abundantiã aceruant, ijs de utraq;: qui non celeriter aut nõ notabilem, ijs de altera demptum eſſe ſat fuerit, utra uidelicet homo ipſe potius uoluerit. Ac quemadmodũ de quantitate dematur, notũ eſt. De qualitate demitur, cum exigui nutrimenti cibus apponitur. Siquidẽ non pauci ſuilla B nutriti, celerrime copiã aceruant: cum aliàs requirat id nutrimentũ tum frictiones, tum exercitationes planè fortes. His igitur olera et legumina, quę non multũ corpori adijciant, præterea piſces & aues quæ multũ item non nutriant, exhibẽda ſunt. Qui uero uitioſos congerunt ſuccos, ij non perinde ut qui redundantiã cogũt, uni tantũ rei ſunt intenti: quandoquidẽ nec unica eſt uitioſi ſucci ſpecies. Alij eñ magis frigidũ pituitoſumq; eiuſmodi ſuccũ congerunt, alij magis calidũ ac bilioſum, nonnulli magis aquoſum, alij rurſus magis melancholicũ, id eſt qui magis atrę ſit bilis. Horum ergo cuiq; abſtinendũ ab ijs cibis potionibuſq; eſt qui eum quẽ colligunt ſuccũ facile gignant. Porrò dictum abunde de his eſt in tribus libris qui de cibo C rum uiribus ſunt inſcripti: itẽ in alio quẽ de ijs qui bonũ malumúe ſuccũ gignũt, inſcripſimus. Eſt & præter hos alius de ijs qui extenuant cibis: utilis profecto ijs qui crudũ congerunt ſuccũ, qui craſſus quidem omnino eſt, non tamen perpetuo glutinoſus. Sanè omnibus his cõmune auxilium eſt alui deiectio: potiſſimũ uero quibus eſt naturaliter adſtrictior. Cõmunis porrò eſt & ueneris conueniens mediocritas. Quibus enim inculpata corporis conſtitutio eſt, non debent ij (ueluti ſiccis ſupra præceptum eſt) à uenere omnino abſtinere.

VIII Illud tamẽ conſiderationẽ deſiderat, ſemel ne die, an bis ſit ijs qui eiuſmodi uitã agunt, comediſſe, ex uſu. Eius cõſiderationis caput eſt & corporis ipſorũ natura, & ab hac in uictus ratione cõ D ſuetudo, & tertio ab his, ſi mutare uictus rationẽ uidebitur, quo pacto eius mutationẽ homo feret. Atq; ab ipſa quidẽ natura, eius quod cõducet indicatio fit. Et eorũ quidẽ quibus bilioſus uenter eſt (ſicuti dictũ nobis in quarto iam eſt, & nunc nihilominus dicetur) primi ſemper ciborũ ac potionũ ſint qui aluũ deijciant. Ex uinis quidem dulcia, & quæ mollire uentrẽ poſſunt. Non enim omnia eius ſunt generis. Ex cibis, olera cum oleo & garo. Vitanda uero ex uinis ſunt auſtera: ex cibis, qui adſtringunt: niſi ſi firmandi oris uentris cauſa poſt totã comeſtionẽ exhibeantur. Id autem experientia quoq; diſcernẽdum eſt. Sunt enim quibus adſtringentiũ uſus adeo non moleſtus eſt, ut etiã ad deijciendam aluũ conducat, propterea q̃ os uentris roborat. Quod euidentiſſime in ijs qui imbe-

cillius id obtinent, cernitur. Quicunq; uero palæstræ exercitijs ante balneum sunt usi priusq; districtæ negocijs uitæ se addicerent: ijs ut ab ipsis abstinuisse est incōmodissimū, ita ut similiter utantur, præter incōmodū, etiā fieri omnino nequit. Ergo exercitatione quæ apotherapia dicitur (de qua supra egimus) istis utendū censeo: & simul de suillæ carnis modo nōnihil demendū. Quoniā uero (ut ante dixi) sunt quibus ante balneū esitasse aliquid est melius: dicendū deinceps est tum de hora qua facere id debent, tum quantitate eorū quæ sumēt, ac qualitate. Ergo quod ipse facere insueui diebus ijs quibus propter uel infirmos uisitandos, uel ciuilia negocia, putaui me serius ad balneū accessurum: id dicere non grauabor. Ponatur dies quo id fit, tredecim horas æquinoctiales longus: in decimam uero corporis curādi spem esse. Hoc casu uisum mihi est circa quartā horam simplicissimū sumendū esse nutrimentū: qui utiq; solus est panis. Atq; ipse quidē ita feci. Quibusdā uero pane solo uesci sine obsonio non placet, sed eum cū palmulis, oliuis, melle, aut sale, sumunt. sunt etiā qui post eum bibunt. Ego uero nec à tali cibo unq; bibo, & solū panē comedo. Sit autē cuiusq; eorū modus, is qui decima hora cōcoctus esse possit. quippe si exercitari cupiant, eo maxime pacto citra noxam se exercitent. siquidē non leue incōmodū nōnullis accidit, cum repleti cibo se exercitant. nonnullis enim & caput impletur uaporibus, & in iocinore aut ponderis sensus, aut distentionis, aut utriusq; percipit. Ergo cū tale quippiā incidit, succurrendum ei q; primū est. si iecur obstructū sit, ijs quę in uijs eius hærentia impeditaq; expediant. si caput repletū est, ambulationibus, sed potissimū ante cibum. nihil tamē uetat quin & post cibū. Cæterum has q; maxime lentas esse expedit. Illas quæ ante cibū sunt, magis his quidē citas, non tamē quales festinabūdi usurpamus opere aliquo urgēte. Quæ uero iocinoris meatus obstructos expediunt, eadem tarditati concoctionis conducunt. horū optima sunt oxymeli, & dia trion pipereon. in quo nullum immistū sit medicamētū nō familiare. ad hæc tenuatorius uictus. Hæc enim tarditatē cōcoctionis corrigunt, & obstructiones iocinoris liberant.

IX Vbi uero corruptio ciborū in uentre accidit: quibus id quod corrumpitur, per aluū subit, ijs maximū id cōpendiū ad sanitatē est. quibus uero non subit, ij prouocandi ijs sunt quæ leuiter deijciunt: cuiusmodi sunt diospoliticon medicamentū, utiq; cum pari cum reliquis pondere nitrū immistum habet, & quod ex caricis & cnico cōponiť, aliaq; quæ ex cnico uel epithymo cōficiunť. Porrò ijs qui ita sunt affecti, etiā uomitus ante cibū cōducit: uomitus aūt uini dulcis potiōe prouocatus. Cōsulendū uero his est nequod fumidū, aut male olens, aut deniq; facile corruptibile nutrimentum accipiant: sed quæ boni succi sunt, (medici euchyma uocant) potius eligant. Scriptū uero de his alibi est in ijs quæ de boni maliq; succi cibis prodidimus: præterea in illis tribus quos de ciborū facultatibus inscripsimus. Percōmodū uero ijs qui ita

A se habent hominibus est et si ex cōueniente interuallo aluū subducāt per ea quæ modice purgent, cuiusmodi est quam medici dialoes picran græce uocant. Si uero longo tempore uitiosum succum augeri sinas, grauis quispiā morbus ipsis incidet. Sanè possunt eiusmodi sibi curam impendere ijs diebus quibus publicum aliquod festum celebratur, quo nimirum liberi à seruili ministerio sunt.

X Verū multi per intemperantiā adeo nihil agunt quo quod uitiosum in corpore collectū est corrigant, ut etiā magis ipsum accumulēt, dum uitioso uictu in ipsis festis utūtur. Quo fit ut alijs eorū diutini morbi incidant, à quibus tota uita explicare se nequeunt, (cuius generis mala sunt & podagra, & articularis morbus, & nephritis) alijs acuti, B sed qui uel singulis annis infestent, uel certe alternis omnino. Aliqui uero etiā bis ita in uno anno laborant. Ars uero quæ sanitati tuendæ præsidet, ijs qui sibi paruerint, constaturā sanitatē promittit. Qui uero parere recusant, ijs perinde est ac si omnino non esset. Recusant autē alij, ab ipsa in præsens uoluptate uicti, quos incōtinentes intemperantesq; nomināt: alij ambitione, quā græci hodie κενοδοξίαν, id est, uanā gloriā uocāt. quorū is erat qui quiduis potius sustinuisset, q; picē sibi toto corpore cōtinenter illini, suadentibus id medicis pro gracilitatis remedio. hęc enim nōnullis propter totius corporis in sicci frigidiq; excessu intemperiē oritur, nonnullis uero propter digerentis in corpus, uel nutriētis, uel etiā ambarū facultatū na- C turalem imbecillitatē. Porrò omnibus qui ita sunt affecti, auxiliatur qui à græcis hodie dropax dicitur, utpote qui & distribuendo in corpus alimento, & nutritioni cōducit. Et sanè multos ex ijs qui prius graciles fuere, uidere licet hoc remedio obesos redditos, potissimum quibus digerendi facultas infirma erat, nutriendi uero non infirma quidem, sed quæ per aptæ materiæ penuriam affatim nutrire non potuit. quod ei nimirū ex deducendi in corpus alimenti defectu, incōmodum accedit.

XI Verū aliqui per ambitionē (ut dixi) ne sicut delicati, aut q formæ plus satis indulgēt, pice ungi uideanť, refugiūt eiusmodi auxiliū atq; aliud quippiā sibi à nobis excogitari gracilitatis remediū iubent: cū tamē nullū sit q̄d huic possit æquari. pro- D desse tamē possunt etiā hæc, si ante balneū manu nec adeo molli, nec rursus aspera corpus perfrices quoad ruborē cōtrahat: deinde dura frictione nō multa cutē cogēs, densam eam duraq; efficias: ab his, si mediocri exercitatiōe usum, ac lotū, citra tamen longā in balneo morā hominē abstergeas ad iam dictæ frictionis siccæ formā: mox ungas oleo exiguo, ac cibū offeras. Quippe studiū in his est, ubi bonū sanguinē in corporis molē attraxeris, ut nutricem uim firmes: ne qui attractus est exhalet. Ac firmať quidē nutriēdi uis excitato in carnibus calore. Non exhalabit aūt qui attractus in has sanguis est, si oleo unxeris: utpote q̄d emplastici medicamēti uim habet. Quòd si ætas non reclamet, etiā si frigida lauatione unà cum prædictis utetur, magno fruetur cōmodo. Cōtra uero in ijs qui immodice

modice sunt obesi, minuēda digestio est: augēda uero corporis defluxio. Porrò minuet digestio assidua uētris deiectione: nēpe assuefaciētib. nobis nutrimēti instrumēta, quæcunque cōtinent, ea statim pessum impellere. Corporis aūt defluxio inaugebit celeri exercitatiōe, cuius generis cursus est: præterea unguentis ijs quę euaporādi uim habet, fricādo quàmplurimū. Sane frictionē mollē esse conueniet, ac quæ rarū corpus efficiat. Ipse nanque præpinguē quendā paruo tēpore ad mediocritatē carnis reduxi: celeri primū cursu uti cogēs: dein sudorē linteo uel molli admodū uel admodū aspero detergens: ab ijs unguētis euaporātibus, quæ hodie acopa medici iuniores uocare solent, largissime perfricui: ac post eiusmodi frictionē ad balneum perduxi: à quo nō protinus cibū dedi, sed quiescere interim iussum, aut etiā consuetū aliquod munus obire, rursus ab balneū secūdo egi: postea ciborū multitudinē qui parū nutrirēt, apposui, eo cōsilio ut saturarēt illi quidē, cæterū exiguū nutrimēti in totum corpus summitterēt. Sed & alias quæ totū occupāt corpus intēperies simili ratione corrigere cōueniet: primū eorū quæ agi oportebit, inuento scopo: mox materijs quæ ea præstare queāt. Nā nūc cōpendio sermo omnis semel peragat ad eos qui tum frictionū, tum exercitationū, tum balneorum rationes memoria tenent, itēque ciborū, & medicamentorū. Ac de frictionibus exercitationibusque in hoc opere supra est dictum: de cibis uero alibi, atque etiā de medicamētis. Quippe doctrina quæ methodo id est uia rationeque traditur, cū cōmunia generaliaque cōplectitur, ad multa particulariū tū facile recordabilis, tum uero cōpendiaria efficitur. Ego uero cum non tantū uniuersalia ponam, sed etiā particulariū exempla his apponam, absolutissimā me arbitror tradere doctrinam.

XII Iam ad inęquales corporū status accingi tēpestiuū uidetur. Ea porrò etiā ualetudinaria omnino sunt. Sane inæquales status trifariā fiunt, prout cōpositio corporis nostri triplex est. Vna ex primis elemētis, ex quib. cōstant ea quę Aristot. ὁμοιομερῆ id est similares partes nominat. Secūda ex his ipsis similaribus: quę ipsa quoque rursus sensibilia dissimilariū partiū elemēta sunt, ex quibus instrumētaliū cōpositio consistit. Tertia ab his totius corporis cōpositio ex ipsis instrumētalibus est. ac facillima quidē tum ad discernendū, tū uero ad curandū tertia est, difficilior secunda. maxime lubrica prima est. Cōmodius ergo à tertia incipitur, quæ faciliorē se & ad cognoscendū præbet, & ad custodiam, ut statim in capite (neque enim alienū est ab eo cœpisse) quod intēperatæ naturæ sit, adeo ut multa excremēta gignat, unde lædi subiecta mēbra contingat, in quodcunque excremēta procubuerint. Ac promptissime quidē in os & nares impetū excremēta faciunt. decidūt uero & in oculos, nōnullis etiā in aures. Sed excremēti in os decursum tū gula excipit, tum aspera arteria: appellant hanc Græci & βρόγχον. aut eius sumā pars quæ ori cōiungitur (λάρυγξ aūt Græce dicitur) instrumētūque est uocis: ut in lib. De uoce est indicatū. Ergo is larynx ab ijs quę

A ex capite decidūt madefactus, principio quidem raucā uocē facit, procedente uero tēpore paruā. Si uero longius etiā procedit malum, totam adimit. Quippe cum larynge arteria quoque ipsa una humectatur. Quòd si acris fluxio sit: nō solū ad uocē ineptæ prædictæ partes fiūt, sed etiā grauissima quædam erosio his accidit, quæ talis est naturæ, qualis sunt quas subinde in cute citra externā causam læsa factas uidemus. Ita uero & pulmo his exulceratur & morbus tabes dicitur, Græce φθόη. At si in gulam & uentrē fluxio feratur: quæ quidē frigida est, in frigidā intēperiē corpora mutat. quæ calida, in calidam. hæc uero etiā exulcerat tēporis spatio. Interinitia uero appetentiā & cōcoctionē labefactat. At frigida quidē fluxio tarditatē cōcoctionis, & B cruditatē, et acidos ructus creat. quod si etiā corrupta sit, alimentū quoque in corruptelā uertit, quę uel fumidos uel male olentes, uel acidos, uel alterius cuiusque dicibilis indicibilisúe qualitatis ructus emittat. Si uero inferius se noxa recipiat: & ieiunū, & crassius intestinū, quod colon uocatur, affligit. Quinetiam uasa quæ sunt in mesenterio, & per quæ fit in iecur cibi digestio, tāgit. Ac nōnullos quidē deiectio appetitus excipit, alios appetētiæ à natura alienæ, quas caninas appellāt, aut etiā uitiosi cibi cupiditas, qualis grauidis quas κίττωσις Græce uocant, accidit. Sane nō latet uuam quoque, & paristhmia, & parulides, & antiades, et dentiū erosiones, & ulcera & putredines in ore, saniē hanc quæ à capite in ipsa decidit, cōsequi. Ac pleraque medicorū pars aut columnellā incidūt, aut medicamē-
C ta quibus expui faciant quod in pulmonē per asperā arteriā defluxit, exhibent. Alij uentri prospiciūt. Alij dentibus & ori, aut etiā ijs quæ in naribus cōstitere affectionib. prouident: ut de oculis auribusque taceā, qui ipsi quoque in nō paucis læduntur: cū satius (arbitror) esset ipsum mali ceu fontē tollere, caput ipsum firmando: aut si hoc præ magnitudine naturalis intēperantię nō liceret, saltē illi prospicere: ab ipsa scilicet capitis figura ac specie, prouidētiæ indicatione semper accepta. Nec cōmittere ut quod nōnulli medicorū faciunt, qui omni capiti medicamentū quod ex thapsia et sinapi cōponitur, applicāt, id ipsi quoque facerēt: quàm si ex calida intēperie caput male habet, talia medicamēta noceāt.
D Expedit igitur frequenti balneo potabilis ac dulcis aquæ fouere: quo & calidos uapores qui in capite sunt, euocemus, & totū capitis tēperamentū melius reddamus. Calidarū aūt quæ sponte nascuntur, noxius his usus est. siquidē quæ ex his sulfurosæ, bituminosæue sunt, eę propterea quod calfaciunt, inimicissimæ calido naturaliter capiti sunt. aluminosæ uero, quòd angustos habitus meatus claudūt. Solis aūt ijs sponte natis citra noxam utantur, si tamen ipsis utendū, quæ utique dulces sunt. sic enim tutò dixeris. nam quod utile etiā aliquid ex ipsis proueniat, id uero nō perinde tutò dixeris: quando nec calidæ fortasse forent si omnis calfacientis medicamentosæ uirtutis essent expertes. Satius aūt sit eiusmodi aquas experiētia discernere: quādo etiā raræ inuentu sunt: apud nos stadijs ab urbe paulo

plus cētum: in Prusa minus decē. Ergo quæ apud nos est in Allianis (ita enim locū appellant) unius tota speciei est, atque ex uno fonte manans. quæ uero in Prusa est, diuersæ. Et est itidē diuersus medicamētosæ aquæ fons, æque ut apud nos, in Lycetis.

XIII Quibus uero caput uehemēter calidū æstuansque est, ijs præstat æstatis tēpore rosaceo perungi: quod ex rosis tantum ac sine spissamentis sit confectum. Atque in hoc ipso genere illud præstantius est, quod ex crudo oleo (quod omphacinum & omotribes Græce uocāt) iniectis rosis componitur. Quod longe etiam melius est si salis omnino sit expers. Sunt capita quæ propter calidius arteriarū temperamentū in uertigines (quæ Græce scotomata uocāt) & capitis dolores incidunt: in quibus etiam arterias incidere solemus. Sed hoc genus propositæ artis limites egreditur. Quæ tamen ex nimis acuto neruorū sensu assidue dolent, qui à capite orti plurima sui parte, os uentris texunt, pars etiam ad reliquum uentrem descēdit: his sane mederi propositæ iam artis officium est. potius tamē consilium est, id agere quo minus hæc ullo modo incidant, cauendo ne aut biliosus humor in uentrem prorsus confluat, aut quàm celerrime inde expellatur. Atque ut ne prorsum quidem confluat, cōsulueris, si citius cibum exhibeas. Vbi enim totius corporis biliosius temperamentum est, uenter imbecillus: utique cibo qui uentrem roboret (eu stomachum Græce uocant) firmari postulat. Vbi enim ita non prospicitur, defluūt in eum quas corpus aceruat, superuacuæ sanies, quos Græci ichores uocant. Ex quarum uapore non solum capitis dolores nonnullis oboriuntur, sed etiam suffusorum, quos hypocheomenos uocāt, symptomata. aliquibus uero & comitialis conuulsio. Horum itaque omnium uniuersa uictus ratio ad frigidius potius humidiusque mutanda est. Quod autē in uentrem confluit, id uomitione ac uentris solutione expellendū est. Stomachus uero cibis quidē quotidie prius quàm bilem contrahat, firmandus. purgetur uero medicamentis ex maiore interuallo, absinthij coma, & cōpositione ex aloe, quam picram uocant. quippe hæc quod altius in tunicas biliosi uentris se recepit, expurgat: absinthio parum id præstare ualente. Est enim absinthio uis tantum detergendi, adstringēdique: ac talis quæ (ut sic dicam) sordes tunicarum uentris detergeat, non si quid altius in eo imbibitum est, foras extrahat atque expellat sicut aloe. Quæ autem post hanc uētri extrinsecus admouentur unctiones, eæ modice adstringētes sunto: ut melinum, masstichinum, & nardinum, & alia id genus. Ac æstate quidē potius melinum, hyeme nardinum, uere masstichinum. Nam id medium est inter melinū & unguentum nardinum. hoc enim calfacit, potissimū cum amomum liberalius immistum habet. illud refrigerat. Est autem opulentis mulieribus & quod præstantius nardino unguentum sit: nempe foliatum: præterea quæ spicata uocant: quæ uentrem & roborare possunt, & calfacere.

XIIII Si uero non modo caput calidam sanie-

A em uentris partibus transmittit, sed etiam uenter ipse calidam intemperiem habeat, utique qui frigefaciant tum cibo tum potione, tum unctione, semper uti conueniet: atque eam qualitatem in his pro temporum anni ratione intendere uarie, ac remittere: nusquam tamen ad contrariam peruenire. id quod in ijs qui medij temperamēti erant, fecimus hyeme calfacientes, æstate refrigerantes. Ad eundem modum si utraque pars frigida intemperie sit affecta, semper calfacientibus tum cibis, tum potione, tum unctione utendum est: uarie tamen ea pro temporum ratione intendenda remittendaque sunt. Porrò difficilis cōnexio est quoties uel in calidum uentrem frigida & pituitosa sanies defluit, uel in frigidum calida. Atque harum duarum alteram semper expertus sum magis ad curandum rebellem, nēpe in qua frigidi pituitosique succi in calidum decidunt uentrem. Pessimus uero is status est, cum homo ea cōpositione naturaque est, ut nec uentrem facile solubilem habeat, nec uomere ex facili possit. Corrumpuntur enim pituitosi humores, si diu sint in uentre morati: adeo ut & ipsum erodāt, & simul uitiosos interim halitus ad caput summittant. Nam si pituitosus succus à capite in frigidum natura uentrem decurrat, facile his succurritur, si mane aliquid simplicis medicamenti sumpserint quod dia trion pipereon dicitur. Sed & piper solum ad exactum contritum leuorem aquæ mistum bibere his licet. Ad quem usum melius stomachoque aptius albū piper est. Porrò absinthij potio his est aduersissima, ut quæ pituitosum succum ipsorū uentri affigat, cum detergendi uim non habeat, quæ adeo sit æstimanda. Sed nec aloe ualde his conducit, cum ei biliosi trahendi humoris facultas sit: eoque excogitata salubriter est compositio quam picran uocant: quæ acrimonia calore que eorum quæ in se habet, crassos & lentos succos dissecat ac deterget: cuius generis cinnamomum est. Verū assidue uti hoc medicamento non licet, sicut dia trion pipereon, aut dia calaminthes quibus etiam si quotidie utatur quem frigidus uēter infestat, nihil incōmodi ex his sentiet. In totum ergo ad aloes drachmas centum, reliquorum cuiusque conijciuntur drachmæ sex, quę ipsa quoque sex sunt. Atque hęc est picra quam Romæ omnes præparant. Ego uero etiam alias duas compono: atque in altera, eorum quæ calfaciunt, plus: in altera minus conijcio. At plus quidē reliquorum immiscebimus, si de aloes solius pondere detrahemus, sic ut ad illius drachmas octoginta, reliquorū cuiusque addamus sex. Minus uero, cū aloes modum augebimus, uiginti drachmis adiectis: sic ut centum uiginti eius drachmis cæterorum cuiusque adijciamus sex. Minime uero latet & quod in penuria cinnamomi ponēdum pro eo sit optimæ casiæ duplum: quam aliàs ea esse uirtute nonnulli putant, ut nihil ab inualido cinnamomo absit. Nam à generoso etiam talis casia longe superatur. Verum sicut in boni panis inopia, uel uilissimo uescimur: sic in cinnamomi penuria, exquisitissima utemur casia. Ac in quibus quidem uēter aut frigidus est,

aut etiã temperatus, cæterũ ad frigus propensior: ijs aptũ medicamentũ est q̃d diospoliticon uocãt. Quod ipsum quoq; dupliciter confici assueuit. ijs qui aluo sunt adstricta, nitro quod Bernicariũ uocant, cũ cumino, ruta, & pipere, pari põdere admisto. pro ijs qui soluta sunt, dimidio. Cõuenit nanq; ab hoc medicamẽto & pituitã extenuari, & spiritũ flatulentũ expelli. grauis aũt nec facile tractabilis cõplexio est uentris, qui intẽperãter calidus sit, cũ frigido capite. Quæ enim in uentrẽ defluit pituita, dia trion pipereon ac dia calaminthes eget, etiã cuius modo mentionẽ fecimus diospolitici. Os aũt uentris ab ijs quę calorẽ accẽdũt, offendit. Ergo in ijs qui ita sunt affecti, id agendũ, ut pituitam disseces detergeasq; ijs quæ haudquaq; calfaciunt: quod genus oxymeli esse nouimus.

XV Iam lubrica atq; ad curationẽ difficilis cõnexio est ubi tales corporis status coierint, in quibus os uentris (quem stomachũ uocant) imbecillum est ac nauseosum, uenter autẽ ipse retinetur. Quippe quę hunc lacessunt, stomachũ omnia subuertũt, ita ut in summo eius cibi natent, & nauseã subinde excitent. His necessario incidit ut cibum parum belle concoquant. Quòd si contra illis ea quæ stomachũ firmãt, edulia exhibueris: etiam in tertiũ quartumq; diem ipsis uenter sistitur. Huiuscemodi igitur hominibus unicã uictus rationem cõuenire animaduerti: nempe ut primo loco olera cũ oleo & garo, aliaq; quæ uentrẽ mollire solẽt, sumerent: post iustum aũt cibi modum, aliquid eorum quæ stomachũ roborẽt, acciperent. Ea sunt mala & pira & punica. Quippe aliqua sunt horũ generũ quæ citra acorem adstringant. Ipse aũt qui affligitur, omnibus seorsum usu exploratis, quod minime noxiũ iucũdissimũq; inuenerit, eo utitor. Nõ multũ aũt de horum singulis est sumendũ: sed quãtũ (ut dixi) imbecillitatẽ stomachi reficiet. nã eiusmodi horũ usum uentrẽ soluere, experientia cõperi. Atq; in totum magis qui ita sunt affecti desident, si quid adstringens post cibum sumpserint, q̃ si eo prorsus caruerint: propterea ꝙ os uentris iã roboratũ, & trudit deorsum quæ in summo natant, & cũ his unà quæ in toto superiore sunt uentre: tum uero ipsum ciborum momentũ intestina quoq; exceptũ seruant, ipsa quoq; impellẽtia quæ à superioribus acceperũt. Videtur enim ipsa tum impellendi, tũ expellendi uis, etiã si à sede ipsa aliquid sursum impulerit, ipsum motũ lõgissime tueri: quamuis præter naturã sit eiusmodi in animalis corpore trãsitus. Cæterũ ita se habere ut dicimus, cuiuis intelligere licet, si quod sæpe nobis accidit, ad memoriã reuocet. Nã mordax interim humor in locũ aliquẽ sedi uicinũ receptus, ad expulsionẽ sui nos irritat: quẽ tamen cohibere propter ciuilia negocia coacti, nec ab his expediti eum expellimus, et facta conuersione eius, caput inde dolere sæpenumero sentimus. Optima igitur ratione tametsi lubricantes cibi stomachum innatant, adstringentia sumpta ubi superioribus uẽtris partibus robur addiderint, principium deorsum ferendi ijs quæ in eo continentur, suppeditant. Id ferendi principium intestina tum excipere, tum ad imum usq; exitum seruare solent.

A

XVI Atq; cũ satis de his hactenus sit dictũ, ad aliã inęqualẽ cõstitutionẽ transire par est. quę nulli dictarũ in malitia cedit: utiq; in qua renes calculũ gignunt, aut tophos, quos græce πώρους, aut quomodocunq; aliter uocãt. totus uero corporis habitus gracilis est. Illi nanq; medicamẽta uictũq; quæ extenuare possint, requirunt. At ea gracili corpori sunt inimicissima: adeo ut quidã qui propter renũ uitiũ usus his fuerat, ubi digitos deterius moueri sentireq; sensit, & ut ipse locutus est, ueluti strepẽtes et arefactos: cõmunicauit rẽ medicis, primũ in Cãpania, ubi ipse agebat. hi, tanq; eo affectu laboraret qui paralysin, id est resolutionẽ neruorũ minaretur,

B

medicamẽtis quæ ex euphorbio et limnesi (quã etiã ἀσλάρκην uel ἄσλαρκον Græci uocant) utebantur. Vt aũt affectus ei in deterius cessit, & symptomata cũ uehemẽti dolore ad supiores partes semper ascenderẽt: mihi, qui id tẽporis in Campania forte erã, rẽ indicauit: opẽq; rogauit. Ego uero eũ ex ijs medicamẽtis quæ memorauit, siccatũ, in hũc affectũ uenisse intellexi. Quærẽtiq; qua maxime uictus ratione siccitati suæ citra renũ noxã mederi quis posset, ptisanæ cremorẽ excogitaui, & pisces tũ saxatiles, tũ qui in alto mari degunt, aliosq; in quibus nihil esset glutinosum. Simili modo & ex uolatilibus quęcunq; similẽ carnẽ habẽt. Porrò multæ ex montanis uocatis uolucribus, tali sunt temperamẽto. Quas nanq; in urbibus cõclu-

C

sas caupones qui eas uẽditãt, humido ac copioso nutrimẽto impinguant: aduersissimæ his sunt. Optima uero ijs qui ita sunt affecti, caro est ut ex auibus, perdicũ, proxima attagenarũ, & sturnorũ, & merularũ, & turdorũ. Quòd si montanarũ auiũ copia nõ est, de ijs quæ in agro uictitãt, & foris cibũ quęrũt columbis quę in turribus nidificãt, sumere licebit. Itẽq; passerculos qui similiter in turribus nidificãt. pyrgitas Gręci uocant. Sunto aũt in æditis locis eiusmodi turres. Ita nanq; & gallinis & gallinaceis qui in corte aluntur, uti licet. Lac uero sic affectis reliquorũ quidẽ animaliũ est ꝓhibendũ: unũ uero asininũ concedendũ, propterea ꝙ cæteris omnibus est tenuius. Ac ut uno uerbo dicã, mediã esse cõuenit inter extenuantẽ impinguãtemq;, ui-

D

ctus eorũ rationẽ. Particularẽ uero quæ his cõueniat materiã, tũ in ijs libris scripsimus qui sunt de ciborum uirtutibus editi, tum in eo in quo de euchymia & cacochymia præcepimus. Adeo super uacuum est hoc loco pluribus morari: cum id tantum dixisse sit satis, de toto horum corpore nutriendo curam habendam per eamquam supra comprehendi uictus rationem, ubi de eo sermonem feci qui quiduis potius sufferre uoluit, quàm pice illini. At si obesus sit quem calculus infestat, audacter huic tenuem uictum iniungito. Eadem & ijs qui articulorũ uitijs laborant, cõuenire præcepta censebis. Quippe ipsi quoq; medicamentis arthriticis podagricisq; ebibitis, si carnosi, & crassi, & pingues sunt, nullũ sentiunt incõmodũ. sin graciles, tum totum corpus, tum pedes ipsos, interim

A uero & manus, si hæ quoq; prius male habebant, grauissimum statum siccando perducunt. Scire tamen licet podagrica hæc antidota multũ à nephriticis distare, nõ in eo modo ꝙ crassos glutinososq; succos attenuent, uerumetiam ꝙ calfaciant & siccent. Nam nephriticis quæ ualde calfaciant, dari nullo modo conuenit. Quoniã uero dictum abunde de talibus omnibus est in opere quod de medẽdi ratione cõscripsimus, præterea in ijs libris quos de medicamẽtis edidimus: (qui ipsi duplices sunt: qui priores ordine sunt, de medicamentis simplicibus: qui posteriores, de cõpositis) profecto nec omnino nihil, nec prolixius meminisse de his conueniebat: propterea ꝙ eiusmodi corpora inter ea quæ exactam sanitatem habent, & quæ iam ægrotant, B mediũ statum obtinent. siquidẽ ea pars artis quę instantẽ morbũ declinat (prophylactice Grece dicitur) affectis ad hunc modũ corporibus consulit. Nemini em̃ ex ijs qui corporis habitũ inculpatum habent, aut medicamenta bibenda, aut tenuante uictu utendũ censemus. Sed qui pro naturali imbecillitate aut corporis totius, aut partium quarundã, ex leui causa lædũtur: hos ad prædictæ prospicientis partis uictũ traducendos censemus, atq; à suspecto summouendos: quẽ tñ nemini esse noxiũ uidemus eorũ qui naturali corporis bono sunt habitu, & moderate laborare nõ grauantur.

XVII Verum qui ex leui causa afficiuntur, ita ut magnis morbis assidue uexentur, ueluti comitiali, uertigine, (quod scotoma Græce dicitur) capitis doloribus, itẽ alijs in quibus caput subiectis C partibus symptomatũ occasio est, quarũ sunt dentes, gingiuæ, columella, uno uerbo omnes quæ in ore & faucibus sunt partes, ad hæc aures, & oculi, & stomachus, & uenter, & spirãdi partes, nempe summa arteria quæ larynx dicit̃ & aspera arteria, & pulmo, & thorax: his uictus cõmunis scopus est, caput ipsum ante omnia & ꝗ accuratissime minus opportunũ ad uitia reddere: mox etiam afflictis partibus prospicere: modo tamen ne ignoretur hoc ipsum quoq; alia determinatione egere utiq; hac, Non omnes quæ læduntur partes, esse roborandas. Optima uero determinatio est quæ ex usu earum petitur. quippe oculorũ & aurium permagnus est usus. Iccirco decidentibus in has à capite excrementis, deriuatio per uicinas partes D (parocheteusin Hippocrates uocat) moliẽda est, ac ad nasum potissimũ trahenda quę in has partes feruntur. Sin ad nasum nõ sequuntur, in os ipsum: utiq; per ea quæ pituitam eliciunt, (apophlegmatismata Græci uocant) sicuti ad nasum tum per ea quæ sternutamenta mouent, tum quę eius obstructiones aperiũt. Oculis uero ipsis robur adijcies, si sicco collyrio quod ex phrygio lapide componitur, utare, ac sic palpebris specillo inducas, ne oculi membranã intus contingas. ita nanq; mulieres quotidie faciũt cum stibio oculis gratiam conciliant. Ad aurium uero robur, uel glauciũ solum super cote tritum cum aceto, mox tepidũ per specillum blande infusum, aut etiã per instrumẽtum illud quod publice in usu est, & oriculariũ clysterem, Græce ὠτεγχύτην uocãt. ubi uero satis firmatæ sunt, ita ut nihil in has confluat: assidue instillandum optimi nardini unguẽti aliquid. id olim duntaxat Laodiceæ in Asia præstantissimũ fiebat: nũc uero & in alijs fit urbibus. Robur aũt auribus uel magis afferet, ijsdemq; proficiet collyrium quod diaglaucium, propterea ꝙ glaucium recipit, uocant. præterea diarhodon, & crocodes, & nardinum, & quod δι' οἴνου Græce dicitur ex uino paratum, præterea ex unguẽtis ea quæ Romæ opulentis mulieribus cõficiunt̃, quæ foliata & spicata uocãt. Quòd si larga fluxio & sanies assidue in aures à capite ferat̃, & exulceratio iã facta sit: sanè exulcerationi Andronis medicamẽto & simil. mederis. Inter aũt id agendũ, auertere materiã ad nasum & os debebis: quo facto iã cõprensis uteris.

XVIII Veluti aũt ex ijs quæ à capite defluunt, identidẽ læduntur aliqua eorum quæ illi subiecta sunt: sic ex iocinore, & renibus, uel liene, in alias partes quę ipsis sunt imbecilliores, morbi incidũt. Siquidẽ demõstratũ in ijs cõmentarijs est qui sunt de naturalibus facultatibus inscripti, singulas partes trahendi facultatẽ habere proprij sibi ac cõuenientis succi: quẽ alterãtes adsimilantesq; abutuntur ad nutrimentũ. Rursus aliam facultatẽ habere qua quod superuacuũ est, expellere in uicinã desideret. Ac siquidẽ ipsa quæ uicina particula est, corporis habitũ firmũ habeat: quod sibi obtruditur, utiq; nõ admittit, facitq; ut in ipsa solũ quæ primũ affecta particula est, affectio usq; subsistat. Sin imbecillior sit ꝗ illa unde excrementũ mittitur: admittit illa quidem: cæterum ipsa quoq; ad imbecilliorem quampiam à se rursus transmittit: atq; hæc rursus ad aliam donec in eam procumbat, qua imbecillior nulla sit reliqua. Atq; ad hunc quidẽ modum, quorum nulla uictus sui cura est, alius alia parte assidue uexatur. Qui nihil colligunt superuacui, ijs manẽt imbecillæ partes semper in tuto. Cuius rei euidentissimũ argumentũ est, quòd aliqui sex mensibus pluribúsue infirmis partibus laborant: cum si sola imbecillitas ipsa id efficeret, perpetuo laboraret infirma pars, ceu cui ægrotationis causa nunquam abesset. Nunc quoniã perpetuo non laborat, manifestũ est aliud quippiam interuenire quod eius affectus gignendi sit occasio. Quod certe aliud non est ꝗ quod uel quantitate uel qualitate redundat. Atq; hoc ipsum quod redundat, aut per totum colligitur corpus, uocantq; eum affectum Græce plethoran. aut in parte aliqua principe, sed quæ alioqui natura sit imbecillior. Id uero aut in ipsa manens, aut se in imbecilliorem quampiã natura recipiens, noxam ingerit. Illud ergo ante omnia considerandũ definiendũq; propterne semetipsum perpetuò laboret mẽbrũ, an propter aliud quod prius ipso sit affectum. Atque extrinsecus quidem nonnunquam imbecillæ parti noxa incidit ex eo quòd refrigerata, aut contusa, aut uulnerata, aut lassata est. plurimũ tamen ex uictus ratione, redundantiam uitiosũmue succum contrahit. Attendere itaq; magnitudini naturalis infirmitatis membri conueniet, hac prius di-

scretione

ſcretione uſum: ac tenuiorem quidem homini uictum quàm prius exhibere: tum idoneam exercitationē iniūgere: cauere uero nequid ab externis cauſis noxæ incidat. Poſtea ſi ab his nec ipſe gracilis fiat, nec imbecilla eius pars affligatur: inſiſtendum eidē uictus rationi eſt. Sin aūt aut omnibus membris fiat gracilis, aut male afficiatur quod uitioſo eſt habitu: mutare talem uictus rationē debebis: utiq; ſi affligitur, duorū alterū faciēs, aut uictū hominis in tenuiorē mutans, aut certo anni tēpore purgatione utēs. Ac alijs quidē una quotannis purgatio uere incipiente ſatisfacit, alijs altera quoq; poſt hanc autumno eſt opus. Ac ſi ſanguinis quidem abundantiam corpus accumulauit, mittēdus is eſt. Sin uitioſum ſuccum, uacuandus hic medicamento eſt quod ſuperantem humorem purget. Quòd ſi ex tenui uictu pars afflicta leuat̄, ſed corpus emaciatur: picatione utendum, ſicut antea eſt cōprehenſum, ad extenuati habitus refectionem.

XIX Sanè peſſimus corporis ſtatus eſt & ille. Sunt enim qui genitale ſemen copioſum calidūq; gignunt, quod eos ad expulſionē ſui proritat: poſtquam & uentris os illis reſoluit (quod ſtomachus non à medicis modo, ſed etiā ab alijs hominibus uocatur, ita ut à ueteribus Graece καρδία) & ipſi toto corpore non ſolum relaxantur, imbecilliq; fiūt, ſed etiam ſicci, graciles, pallidi, cauisq; oculis cernuntur. Quòd ſi propterea quòd ex concubitu ſic uexantur, ab hoc ſe retrahant: non modo capitis moleſtiam, ſed etiā ſtomachi offenſionē faſtidiaq; ſentiūt: ſed nec ex cōtinentia magnopere iuuant̄. Accidūt eñ ipſis per nocturnas ueneris imagines nō minora incōmoda ijs quæ à cōcubitu ſenſerūt. Horū cum quidā mordax præcalidumq; ſemē inter emitendum ſentire non ſolum ſe, ſed etiā mulieres cum quibus rem haberet, referret: ſuaſi homini abſtineret à cibis qui ſemē genitale augerēt: ſumeret autem non cibos modo uerumetiā medicamenta quæ id extinguerent (quorū tradita nobis materia eſt in ijs libris quos de alimentis, itēq; quos de ſimplicibus medicamētis cōſcripſimus) tum uero exercitationibus uteretur quę ſupernas partes potius exercerent, cuiuſmodi eſt quæ parua pila & quæ magna fit, & quæ per alteres: à balneo uero lumbos totos ungeret unctione quapiā frigida. Talia ſunt & crudū & acerbū oleū, quod ὠμοτριβὲς & omphacinū uocant, & roſaceum, & melinū, utiq; quod ex eiuſmodi fit oleo. Ipſe uero craſſioris ſubſtātiæ unctiones nonnullis cōpono, ne facile à corpore defluāt. Eſt aūt cōpoſitio earū ex cera & ſucco aliquo eorū qui refrigerēt. Primū aūt ubi ceratū quod à medicis Grece κηρέλαιον dicit̄, feceris, dein in mortario manibus affatim ſubegeris, infundes refrigerantē ſuccū, quē etiā quàm maxime cum cera ſic permiſcebis, ut unitas fiat. Succorū uero id genus deſcriptā materiā habes in ſimplicium medicamentorū libris. Quorū obuij maxime facillimeq; parabiles ſunt & ſemper uiui, & ſolani, & umbilici ueneris, & pſylij, & polygoni, & tribuli, & portulacæ. hæc uero ſuccū non remittit, niſi dum in mortario tunditur, adfuſum ſit ſuc-

A ci quippiā qui tenuis aquoſæq;, non lentæ & craſſæ ſubſtātię ſit, qualis uuæ immaturę eſt, & roſarū. Verū hi æſtate, reliquorū non pauci etiā alijs temporibus habent̄, ueluti etiā ſuccus lactucæ: qui ipſe quoq; ex refrigerātibus eſt. Quin etiam lini ſemen ſi in aqua coquas, refrigerantē ſuccū efficit. Porrò gymnaſtarū quempiam uidimus ex ijs qui athletis præfuerat, qui athletæ cuiuſdam renibus plumbi laminā ſuperpoſuit, quò nocturnis ueneris imaginibus careret. Idq; cum è plebe cuidā qui ſic eſſet affectus, indicarē: adiutus gratias egit. Alter uero cui carnis natura imbecillior erat, non tulit plumbi duritiā. huic ergo ſuaſi earū quas ſupra dixi herbarū aliquas ſubſternere, ac cū ipſis molles amerinæ frondes, & rutæ. ſenſitq; illico ex his
B fructū. itaq; uſus deinceps aſſidue eſt. Quin ubi amerinę ſemine aſſidue ueſci ſuaſi, etiam ob id gratias egit, ſicuti etiā pro ruta. Ac taliū quidē materia tum in opere de ſimplicib. medicamentis, tum in libris De ciborū uiribus tradita eſt. Nunc illud uiſum eſt ſermoni neceſſario adijciendum, cauendas eſſe unctiones frigidas quæcūq; ex papauere mandragoraúe fiūt. Neq; enim horū quippiā admouendum: neq; etiam cum in ſummo uirīū ſunt, herbæ ipſæ ſubſternendę. nam ſicuti prædictis, ita his quoq; ſubſtratis uti licet. Quin roſas experiri cuidam ſuaſi: ſenſitq; ex his ſubſtratis leuamen citra ullā renū noxā. Sed & aliud excogitaui ijs qui ita ſunt affecti non inſalubre, ueluti ex ipſo uſu cōperi. Quippe experientia normæ uice ſemper ha-
C bēda eſt eorū quæ quis excogitauerit: nec ſcribendū pro utili quicq; eſt, quod non ſis expertus: niſi tamen hoc ipſum teſteris, non eſſe tibi adhuc expertū. Quid ergo eſt quod à me excogitatū magnæ eſſe utilitatis ſum præfatus? Nempe obſeruare oportere qui hoc corporis uitio urgentur, quādo maxime genitalis ſeminis abundantiam quod excerni poſtulet, collegerint: ac die quopiam poſtq; boni ſucci cibis in cœna ſe modice impleuerint, ad ſomnū cōuerſos, cōcumbere. poſtero die cum ſatis dormierint, ac ſurrexerint, linteo fricari quoad rubor per cutim appareat. mox aliqua ex oleo frictione moderatè uti: tū exiguo interpoſito tempore, panis aliquid bene fermentati, & clibano cocti, ac puri, ex uino miſto guſtare: atq; ita ad opus
D conſuetū redire. Medio tamē tempore frictionis ex oleo, & panis guſtandi, ſiquis locus in uicino ſit, in eo ambulare, excepto ſi hybernū frigus ſit. Tum enim intus manere ſatius duco. Non diſſimilem roborandi per cibū ſtomachi rationē & grammatico cuidam quem comitialis ſpaſmus aſſidue urgēbat, ſuaſi: ac mirifice contulit. Maxime uero in fiduciam ueni hominis iuuandi, ubi didici tum ſpaſmos incidere cum diutius à cibo abſtinuiſſet: magisq; ſi dolor interim iraúe interueniſſet. Quin etiā habitū corporis eius cōtuebar: ſciſcitantiq; de hac ipſa re, ſtomachū aſſidue bili urgeri eſt faſſus. Omnibus uero qui hæc legent, communiter illud ſuaſum uelim, præſertim qui tametſi medicinæ artis ſunt ignari, cogitationē tamē habēt exercitatā, ne ueluti uulgus, ita ipſi quoq; pecorū ritu uictus

ratione utantur: quin potius usu exploret quinam ipsis cibus potúsue sit noxius, quæ præterea quantaq; dimotio. pari modo & de uenere obseruent num noxia sibi innoxiaúe sit: tum ex quanto dierum interuallo utentib. noxia innoxiaúe sit. Nam sicut retuli, nonnulli immodice læduntur. Alij citra noxam usu eius ad senium usq; sufficiunt. Verum hæc ambo genera rara: nempe eorũ qui magnopere læduñt, & qui nullum sentiũt incōmodũ. Totũ uero quod in medio est, id cum maioris minorisq; discrimine ad magnũ hominũ numerũ se extendit. quorũ qui nō rudes sunt, sed ratione probe exercitata (non enim quorũlibet est hęc nosse) ijs suadeo obseruẽt ex quibus lædi se iuuariúe sentiant. ita enim fiet uti in paucissimis medicorum opera indigeant quoad in sanitate sunt.

XX Hactenus prodideram, cum amicorũ quispiam toto opere perlecto, unum omnino restare dicebat, quod superius à me relictum, post erat dicendum, nempe medicamentũ quod ex malorũ succo conficitur: quod tum ad appetentiam excitandam ijs quibus ea languet est utile: tum ad concoctionẽ ijs qui parũ feliciter cibos concoquunt: & in summa uentri robur cōciliat. Laudato igitur homine, quod admonuit, apposui, & cōpositionẽ ipsius, quę ad hunc modũ se habet: Accipies succi malorũ cotoneorũ quæ dulciora maioraq; sunt, ac minus acerba, quæq; nostrates in Asia Græce struthia uocãt, sextarios Romanos duos: quibus mellis optimi tantundem miscebis, aceti sextariũ unũ & semissem. hæc cum super prunas modice coxe-

A ris, & spumam detraxeris, immittes gingiberis uncias tres, piperis albi duas. dein rursus in simili igni recoques, donec mellis crassitudo existat. qua utiq; crassitudine stomachica medicamenta præparari solent. Hoc uero medicamentum etiam ijs quibus inualidum iecur est, salutare in primis est. Illud uero latere nō debet, ieiunis id maxime dandum esse, mediocris mystri modo: quanq; nec si à cibo sit sumptum, quicq; lædit. Cōmode quoq; dabitur etiam si prius pransus quispiã ante cœnam id sumpserit. Maxime tamen tempestiue id duabus horis aut tribus ante cibum obtuleris. Quòd si id astringere magis uoles, etiã ex cotoneorum carne conficias. Cæterum sicui uenter intemperie caloris laborat, aut etiam bili quouis modo abundat, huic auferri & piper & gingiber debebit, ac

B succus malorum cum aceto & melle tantũ ad præscriptã crassitudinẽ coctus dari. Qui uero medio temperamento uentres habẽt, ita ut nec biliosum excrementum, nec pituitosum congerant: ijs piperis & gingiberis dimidium eius qui prædictus est modi, sat erit: ita nimirum, ut sit piperis uncia una, gingiberis una & semis. At quibus frigiditas temperiem uitiat: ijs quatuor gingiberis, piperis tres aut duas & semis uncias inijcies. licebit & cum ad medium modũ præparaueris, in ipso usu reliquũ addere. Atq; ad hunc modum ijs quibus in diuersis membris pugnantia temperamenta sunt, consulendum cẽsemus. Quibus uero in una qualibet

C similari instrumentaliúe parte imparitas temperamenti uisitur, de his alio opere agetur.

ARGVMENTA CAPITVM LIBRI GALENI AD THRASYBVLVM ARS TVENdæ sanitatis ad medicinalem'ne artem an ad exercitatoriam spectet.

Cap. 1. Præfatio est ad Thrasybulum, in qua præsentis disputationis occasio, eiusq; tractandæ ratio ostẽditur. 2. Disputationem instituit à definitionibus ac descriptionibus medicinæ & gymnasticæ. quarũ prior forma, dubia pro certis sine demonstratione afferens, reprehenditur: Altera contra à fine ducitur & occasionem nouæ quæstionis præbet, num eadem ars sit cōseruans sanitatẽ & illam efficiens: item, si una sit ars, boni habitus conseruatrix, & eiusdem opifex. cumq; habitus sit duplex, utrius ipsorum effectrix sit gymnastica, naturalis ne an athletici. Ad hunc modum sex numero euadent artes: tres finiũ effectrices, aliæ seruatrices. 3. Sanitas duplex. una secundũ habitũ: altera, leuiter inhærens. Quæ quatenus inter sese & ab habitu bono distẽt, exẽplo docetur eorũ qui ex graui morbo conualescunt. Sonitus leuiter inhærens est, cum amplius medicamento opus non est, uires tamen adhuc emanent infirmiores. Contra si reddantur stabiliores, sanitas erit secundum habitũ. Accedente uero insuper insigni quodã robore, bonus habitus erit. Sed cũ diuersorũ finiũ diuersæ sint artes, multæ etiã hic suborientur: puta ex supradictis singulis, una, producẽs, altera cōseruans. 4. Definitur medicina, sanorũ morbosorumq; scientia. Sed ea definitione reiecta, redit ad prius cœptã disputationem De fine medicinæ & gymnasticæ: declarans, septẽ inde artes ex finiũ diuersitate procedere. Distinguitur habitus bonus & naturalis ab athletico. quidq; per athletica & gymnastica corpora intelligendũ, exponit. 5. Summum boni habitus gymnastici damnatur. Septẽ artes numerantur, quæ ex finium uarietate natæ circa corpus uersantur, Harũ omniũ finis unus est sanitas corporis. 6. Quia omniũ prædictarũ artium cōmunis finis est sanitas corporis integra, conatur docere earũ unam esse artem, ac primũ, quia absolutã integramq; sanitatẽ omnes expetimus, nihil bonus habitus differet à perfecta sanitate. 7. Exponit, quo pacto bonus habitus & absoluta sanitas sunt unũ, & diuersa. Sanitas affectionis nomen est: Habitus permanentiã stabilitatemq; affectionis ostendit. Adiectio uocis, bonus, integritatẽ habitus significat. 8. Si artis circa corpus uersantis unus est finis, unum quoq; bonum erit. quare consequens est, ut ea etiã ars tantummodo sit una. 9. Ad confutandos qui plura corporis bona constituerunt, sanitatẽ uidelicet, robur, & pulchritudinẽ: explicat unũ esse primariũ ac proprie dictũ corporis bonum, ad quod reliqua spectant: alia, ut partes: quædam ut causæ: nonnulla ut fructus. 10. Posteaq; ostensum unũ esse summum in corpore bonum, iam quodnam illud sit exponit. Sunt tria

D adeo inter sese coniuncta, ut alterũ sine altero iuuari aut lædi non possit: sanitas, actio, & pulchritudo. Cæterum ars corpus humanũ gubernans, primo sanitatẽ laborat efficere. quare ipsa est præcipuus eius finis ac primariũ bonum, quo consequuto, sua sponte sequuntur actio & pulchritudo. 11. In nulla materia ars una est quæ finem efficit, & altera quæ conseruat. Ars sanitatis conseruatrix cōsistit in rebus, quæ corporibus necessario adhærent, ac immutant. Veluti sunt, semper nos ambiens aer, uigiliæ, somnus, quies, motus, esca, & potus.

12. Ratio ostenditur, quam tuendæ sanitati præfectus artifex adhibet ad eius conseruationẽ. Cuius hoc imprimis officium est, ut nihil in corpore immutet, nisi moderationem nonnihil transierit. 13. Adhibito simili de pertusis dolijs hac illac perfluentibus docet unam esse artem sanitatis reparandæ ac conseruandæ.

14. Arguuntur imperitiæ, qui singularibus actionibus artes uolebant distinguere. Multæ ac propemodum infinitæ sunt particulares actiones in arte medica, quæ tamen artibus non discernuntur. Nec obstat quòd multi diuersa nomina sortiātur à membris materia uel remedijs. Omnes enim in unum, diuersis licet itineribus, finem tendunt. 15. Occurrit illorum obiectioni, qui propter artificum inscitiam, unam artem in plures secabant: aut ob peritiam multas in unam contrahebant. 16. Finis à præcedēti actione distinguendus est. Finis quidam transiens dicitur, cum post actionem nullū superest opus ut in artibus actiuis. Alter est permanens, quando absoluta actione, opus manet. quemadmodū in effectiuis. Ita in arte medica manet sanitas, qua cōsecuta quiescit medicus. 17. Ex ratione præcipui boni ac primarij finis cuiusque artis, docuit unam esse artem corporis curatricem. Modo exponit, non obstare materiarum uarietatem unitati artis corpus gubernantis. Ex fine enim non materijs artes iudicandæ. Vna materia pluribus artibus seruit: unaque ars permultis utitur. Cæterum materia artis propria uel propinqua, & præcepta à fine non seiunguntur. 18. Quoniam humani corporis unum est bonū, ac finis primarius, proinde una erit ars. De cuius nomine postea. partes artis eius enumerandæ ac dignoscendæ sunt. 19. Finis artis medicæ non in contemplatione sola consistit, sed aliquid circa corpus facit. quare non connumerabitur inter actiuas aut θεωρητικὰς sed effectrices artes, quæ ad hunc modum diuiduntur. Effectricium artium quædam aliquid quod non erat efficiunt: quædā ex parte uitiatum corrigūt, ut ars medica, quæ corpus per naturam factum restaurat, & imbecillum cōfirmat: correctiua uocatur, cuius partes sunt duæ: Vna, magna corrigens, medicatiua uocatur: Altera, parua corrigēs, conseruatiua uel tutelaris sanitatis dicta, cuius partes, ἐυεκτικὴ, ἀναληπτικὴ, instauratrix, refectrix, sanitatis tutelaris, προφυλακτικὴ. 20. Repetit tres conseruatiuæ partes, instauratiuam, sanitatis tutelarem, & euecticam. Porrò ad quæstionem initio libri propositam, hic primum ita respondet, quod ars tuendæ sanitatis uel tota sit conseruatoria, aut ex tribus eius partibus una. Cum de nomine artis corpus gubernantis quæstionem nonnulli agitarent, fusius ea de re hic disputare incipit, ut prius erat pollicitus ijs repetitis quæ superius fuerāt dicta. 21. Eos redarguit, qui de nomine quæstionē mouent, quādo de rebus cōstat. 22. Diætica medicatio Homeri temporibus incognita. Ars curādi male affecta corpora, ab uniuersa Græcia ἰατρικὴ, id est, medicina appellata fuit. Homeri seculo nomen gymnasticæ artis ignotum. Sub Platone gymnastarum ars exorta, & athletarum exercitatio. qualisque tum primum fuerit, ac postea euaserit, exponitur. 23. Habitus bonus est duplex. Vnus damnatus, puta gymnasticus: alius laudatus, cuius materiæ effectiuæ & conseruatiuæ sunt uictus ratio & exercitatio. 24. Ars gymnastica, quæ pars est eius artis quæ corpus curat, alia est Platoni ab usitata athletarum exercitatione. Cuius quanta incommoda sint, ob quæ iure damnetur, testis est Plato, & huic consentiens Hippocrates. quorum hic uerba adscribuntur. 25. Galenus usitatam suo tempore gymnasticem, & gymnasticis præfectos certaminibus improbat. in quos uulgatum id torquet prouerbium: Crassus uenter subtilem mentem non parit.

26. Ars curandi corporis nomine caret, etiam apud Platonem, qui duas illius partes constituit, gymnasticem & curatricem. Hic artem sanitatis tutelarem curatrici non opposuit, quemadmodum fecit Erasistratus. 27. Vt semel statuatur, ad quam artis medicæ partem gymnastice pertineat, uariæ hic proferuntur diuisiones. Primum diuiditur ars corpus curans, in sanitatis tutelarem, & curatiuā. Sequitur diuisio artis emēdatricis, in medicatricem & conseruatricem. uel à materijs, in morbidā & sanitatis tutelarem. Deinde conseruatiua, siue sanitatis tutelaris dupliciter diuiditur, uel à subiecta materia in refectricem, sanitatis tutelarem, & boni habitus effectricem: Aut secundum auxiliorū materias, ut una sit in assumptis altera in his quæ euacuantur, tertia in exterius occursantibus, ultima in his quæ aguntur. sub quibus comprehensa, quæ in exercitationibus & epitideumatis posit asunt. 28. Ex suprapositis diuisionibus patet primum, quātula pars sit gymnastice, artis sanitatis tutelaris: deinde luctandi studiū & athletarum exercitium, minimam esse partem gymnastices. Subijcitur inde declaratio nominis gymnasticæ. 29. Vna est ars curandi corporis, cui reliquæ materias commodas ad suum finem consequendum suppeditant. Sub hac continetur ars tutelaris sanitatis, quæ quadrupliciter diuisa, sub se comprehendit gymnasticam. Hæc rursus complectitur eam quæ in luctationibus uersatur Græcis παιδοτριβικὴν dictā, tum prostratoriam artem, Laconibus caballicen nuncupatam. 30. Damnatur primo ars prostratoria, quam alias gymnasticam nominant. Deinde Athletæ, qui seipsos gymnastas appellāt, quorum nonnulli Hippocratem despicientes, uendicabant sibi fricandi peritiam. 31. Post Hippocratem tota gubernandi corporis ars, medicina dicta: & eius professor, medicus appellatus est, à prima totius parte constituta, nempe curatiua. cuius altera pars, sanitatis tutelaris uocat, quæ sub se habet gymnasticen uidelicet laudatam. nam uiciosa illa athletarum ars prorsus damnata reijcitur.

CL. GALENI ARS TVENDAE SANITATIS NVM AD MEDICINALEM ARTEM SPECTET, AN AD EXERCITATORIAM, liber ad Thrasybulum.

Iuno Paulo Crasso Patauino interprete.



NON alia ô Thrasybule de proposita à te quæstiōe ex tēpore disserui, alia uero in præsentia hisce cōmentarijs traditurus sum: id eñ prorsus haud ignoras, me semper eadē de eisdē asserere, neque quicque trāctandū suscipere, cuius neque methodū didicerim, neque in ea me aliquandiu exercuerim. Inuentionis igitur initium nō in hac sola nunc proposita cōtemplatione, sed etiam in alijs omnibus fuerit, ante cognoscere, quidnam est id, quod quærit: huiusmodi uero notitia gemina est. aut enim solam rei notionē, aut essentiā quoque percipimus: sed quo hæ discrimine separētur, ampliter in libro de demonstratione proditum est, ubi

ubi & alias omnes methodos explicauimus: quin & iam in præsentia ex ipso usu patescet. Hoc enim in dubium reuocato, utrum medicæ artis, an exercitatricis pars, ea facultas sit, quæ ars tuendæ sanitatis uocata est, teq; meam iccirco hac de re sententiam efflagitante, cum plerunq; ad medicos gymnastasq; de hoc ambigentes te accessisse diceres, te mihi prius respondere dignum censui, quam cuiusq; istorum nominum medicinæ uidelicet, exercitatoriæ, & artis tuendæ sanitatis notionem habeas, ne forte de alijs rebus tu narrationē cupias, ego de alijs tibi sermonem faciam, atq; ita ad nomen tantum, non ad rem ipsam nostra digeratur oratio. tu quidem ad hoc subticuisti, me existimans de omnibus omnia dicere debere: sed nō ita rei ueritas habet. multa enim sic, non unum proposuisses: primū quid est medicina, secundo, quid exercitatoria, tertio, post hęc, quid ars tuēdę sanitatis, & quarto id ipsum, quod potissimum quæritur, ad utram prædictarum artium ista pertineat. atqui istud ipsum quartum non ita simpliciter debere proponi affirmabam, ad utram duarum artium reduci deberet, sed ita statim addendo, siue ut propria, siue domestica, siue pars, aut quomodocunq; aliter quispiam dicere uelit: futurum enim & inde aliquod inueniēdi quæsiti principium. nanque si ita perfecte proponatur, ac per Iouem interrogetur: Num medicinæ aut gymnasticæ est propria, ars tuendæ sanitatis: cum trium cuiusq; illorum nominum significatum exposuerimus, medicinæ uidelicet, gymnasticæ, & artis tuendæ sanitatis: post hæc etiam quartum explicare oportebit, propriū quid significet, & quæ sit eius dignoscendi ratio: atq; hoc priuatim exigit ipsum ꝓblema: at medicina quid sit declarare, quid gymnastica, quid ars tuēdæ sanitatis, nō est ipsius propositi problematis institutū. Porrò cōfiteri necesse est, quomodo cum unum id, quod & tu proposueras, explicare tūc uelles, cumq; te in respondēdo trepidantē hæsitātemq; uiderem, uirum quendam inter philosophos in rationali speculatione uersatos non ignobilem sermonibus nostris fortuito interuenientem respondere uolui. quod ille cum prompte fecisset, & ad omnia probe respondisset, facile (ut nosti) proposita quæstio enucleata fuit. Atq; tunc cōfestim ex sermonum illorum artificio, & quod expectatiōe celerius quæsitum inuentum esset, magnam te uoluptatē percepisse cognoui: & postea tamen tu me semper magnopere precatus tandem nō admodum promptum ad hos sermones scribēdos impulisti atq; coegisti: neq; enim unum id propositum tantummodo exquisite discussum, literis commēdandum esse putabam, quum reliqua omnia perinde examinare ocium nō superesset. Quam ob rem quod ipse in me ipso cum successu facere consueui, id satis erga uos amicos fore putaui: si uiam ostenderē, quā quis ingrediens, non id solum, sed etiā reliqua omnia proposita explicare ualeat. Vocatam enim à philosophis rationalē contemplationē quicunq; satis diligenter tractauerit, quodlibet iste quæsitū

A æquè discutere poterit: at sine illa, problematum commētarios euoluere, nihil aliud est quàm tempus perdere, cum neq; distinguere sciat, quæ uere in ipsis, quæ falso dicta sunt, neq; omnia inibi scripta memoria complecti ualeat. cæterum quoniā semel propositum, cuius paulò ante mentionem fecit oratio, declarare aggressus sum, iam incipiendi tempus aduenit.

II Siquis à quopiā interrogatus quid sit medicina, artē eam esse ægrorum curatricē, sanorumq; cōseruatricē respondeat, nónne per Iouē iste, q̄d controuersum est tanq; manifestum accepisse uideatur, medicinæ partem, artem tuendæ sanitatis esse pronunciās: quēadmodum ē cōtrario siquis medicinā, laborantium tantum curā habere confirmet, alio modo & iste id, quod in quæstiōe uersatur, pro concesso accipiet, à medicina artem tuēdæ sanitatis abstrahēs: ita & exercitatoriā, si quispiam sanitatis seruatricē statuat, quæsitū pro comperto habuerit: quemadmodum & qui boni habitus eam opificem tradat, diuerso modo & ille ambiguum pro certo asseueret. siue enim quis artis definitionem, siue descriptionem reddere tentat, quod dubium est, neq; confutare, neque asserere sine demonstratione ausit, sed aliunde ex cōcessis incipiens demonstrare conet. nunquid igitur ita medicinam definire melius fuerat, eam uidelicet esse, cuius finis est sanitas: gymnasticā uero, cuius finis est bonus habitus: atq; huiusmodi descriptiones principia inuestigatiōis instituere: at sic etiam gymnasticæ artē tuendæ sanitatis, tanq; nihil sit dubiū, detrahem9, de medicina uero adhuc obscurū & quæsitum relinquemus. nam si sanitas artis huius finis est, forsitan occasionem ratio apprehenderit ut distinguat, non custodiā existētis, sed productionē ac generationē nō existētis, eius finē esse cōstituens. hinc em̄ inductionibus utēti in utranq; partē argumentandi facultas suggerit: nam si eiusdem artis officiū esse, quod prius non erat, efficere, incolumeq;, ubi factū sit, cōseruare, ostendere uoluerimus, ædificatoriam, nauium fabricatoriā, fabrilem lignariā, atq; ferrariā memoria repetemus: ꝙ si ad aliam opus facere, ad aliam id integrum inuiolatumq; seruare pertinere declaremus, textoriā, sarctoriamq; in exempla adducemus, & ad has sutoriam & ueteramentariam siue neuroraphiam (sic enim eam uocant, quæ facta calciamenta restituit) adijciemus: siquidem alterius esse uidetur artificis uestem facere, alterius eandem dilaceratam integrare: quemadmodum & calceum facere ad sutorem spectat, fractum autem emendare ad ueteramentarium. uerum in libris meis de demonstratione probatum est, ad demonstrationes scientiā gignētes, inductiones adhiberi non oportere: quare quicunq; in illis uersatus fuerit, huiusmodi uiā aspernabit, & alterā meliorē uestigabit: qui uero in illis sese non exercuerit, alterutrā, quam uoluerit, partē tuendam suscipiens, totum diem altercandi materiam habebit. Medicæ nanq; artis, sanitatis productionem non cōseruationē custodiāq;, gymnasticæ uero bonū

habitum

habitum finem eſſe ſtatuentibus, alia rurſum quæſtio non exigua ultra prædictas exoritur. cogetur enim puto aliquis quemadmodum ſanitatis, ita et boni habitus, artem unam ſeruatricem, alterã opificẽ cõſtituere: id ſi fuerit, duas alias artes neceſſario diſquiremus, unã medicinæ ſanitatis conſeruatricem, alterã gymnaſticæ boni habitus cuſtodẽ: cumq́ duplex ſit bonus habitus, ut alibi oſtenſum eſt, utrius ipſorũ gymnaſtica effectrix erit, diſtinguere admodum difficile fuerit: nunquid naturalis, an athletici boni habitus? nõne iam conſtat, duas alias nobis artes quęrendas eſſe? atq; ita omnes ſex numero fuerint, tres finium effectrices, tresq́ ſeruatrices. tribus ẽm finibus poſitis, ſanitate, bono habitu naturali, bono habitu athletico, ad hũc numerum artes aſcendere neceſſe eſt.

III Verum enimuero cum diuerſis artibus opus ſit, eo ꝙ boni habitus inter ſe et à ſanitate differant: ita & gemina ſanitas cum ſit, una ſecundum habitũ, altera leuiter inhærẽs appellata, geminas & artes eſſe neceſſe fuerit: neq; ẽm plus ſanitatem ſecundũ habitũ, minus ſanitatẽ leuiter inhærentẽ, bonus habitus excellit. Huiuſce rei notitiã perfectam habueris, iſtorũ cuiuſq; diligenter naturã cõtemplatus, cõtemplaberis aũt ad hũc ſanè modũ. ægrotantium alicuius, eorũ, quos ſæpius uideris, tibi in mentem ueniat, qui grauiter morbo laborauerit, proxime uero cõualuerit: iſte emaciatus cõſumptusq́ eſto, et ad motiones imbecillus, ut alijs ipſum ferẽtibus egeat: iſte medelã planè amplius morbo iã ſolutus nõ requirit, ſed refectione ipſi uiribusq́ opus eſt, ut robuſtus pariter ad naturales actiones obeundas euadat, & externas iniurias illęſus ſuſtineat. nihil ẽm dubij eſt, quin ita affectus, ut modo afficitur, nunc primũ ægritudine liberatus, æſtũ, frigus, uigilias, cruditatẽ, aliud ue quicq; ferre nõ ualeat, ſed quantũuis leui noxa pulſatus, utpote nondũ tũtũ firmumq́ ſanũ ſtatũ adeptus, in ægritudinem ſit relapſurus. cum uero ſtabilior atq; in habitu fuerit, nondũ tamen in bonum habitum euaſit (hanc enim particulam, bonus, accipiens, tunc bonus habitus efficietur) ſed iã mendoſa affectio inutiliſq́ eſſe deſiit. nõ poſſe enim ſatis pro uitæ cõmodis exerceri, ac facile quibuſq; iniurijs uiolari, mẽdoſa inutiliſq́ affectio eſt: ꝙ ſi neq; actiones impediant, neq; ſit iniurijs facile corpus obnoxium (talis uero eſt ſecundũ habitũ ſanitas) non amplius mendoſa eſt, atq; ad humanas actiones inutilis: ſed illud laudabile atq; perfectũ nondum adepta: adepta uero tunc fuerit, cum non ſolum haud debiliter operabiť, ſed robur præterea quoddam inſigne acceperit. ſanitas nanq; ſecundum habitum inter ſanitatem leuiter inhærentem & bonum habitum actionibus media eſt: nam ſanitas leuiter inhærens debiles actiones producit, bonus habitus firmas: ſanitas aũt in habitu nondum quidem firmas, non amplius autem debiles. atq; ita manifeſtum eſt, cum media ſit in habitu ſanitas, ipſam in totam uitam magis, ꝙ ſanitatem leuiter inhærentẽ, licet ſummã uirtutẽ non habeat, conducere. ſolo enim bono habitui ea cõceſſa eſt.

A atq; tu ſecundum ordinem quendam iſta cogita: primũ actionis noxã, quod in morbo fit: alterũ extra noxã quidẽ poſitum, ſed propter imbecillitatẽ inutile, quod in ſanitate leuiter inhærẽte cõtingit: tertiũ imbecillitate liberatũ, nõ tamẽ adhuc robuſtum, quod ſanitas in habitu poſſidet: quartũ ceu quædã actionum uirtus eſt bonus habitus, & ſummitas, ipſarũq́ perfectio exquiſite bonus habitus eſt. Ars igiť ad ſanũ habitũ hominẽ perducens, altera utiq; ab ipſum cõſeruãte fuerit, ſemel ſcilicet hoc cõceſſo, diuerſorũ finium artes eſſe diuerſas, & ſingulorũ geminã, effectricem unam, alteram conſeruatricẽ. ex quo patefactũ eſt, finis notione uniuerſam præſentẽ quæſtionẽ cõprehendi. quocirca & quæcunq; diffinitiones à fine conſtituun- B tur, non exiguas ambiguitates pariunt. Itaq; melius forſitan fuerit ad ipſam artis eſſentiã tranſeuntem, illam inquiſitionis principium facere.

IIII Quid igitur eſt medicina? ſanorũ & morboſorum ſcientiã quis eſſe reſpõderit. uerũ & iſte nimis audacter ſanorũ uocẽ, tanq; ſcilicet medicinæ partẽ accepiſſe uidebiť: unde contrariæ factionis nõnullos, morboſorũ tantũmodo ſcientiã medicinã eſſe dicturos exiſtimo. at iſti primũ ignorãt cõtrariorũ omniũ unã eſſe ſcientiam, & quicunq; morboſa nouerit, hunc & ſana non latere neceſſe eſſe. iſtud uero eorũ captu maius omittať, et ſecundũ eorũ, quæ ignorãt, explicemus, ꝙ uidelicet fortaſſe cõſequitur, intra medicinę definitionẽ nõ neceſſario quæſitũ includi: ſiquidẽ alicui æquiuoca- C tionẽ diſtinguenti, poſtea medicinã corporũ ſanitate fruentiũ, notarũ indicantiũ, cauſarum facientium ſcientiã eſſe demonſtrare licet, nõ tamen iccirco ipſam etiã cõſeruantia tradere atq; cõplecti, cõtrà atq; propoſitũ poſtulet. Quã ob rem huiuſmodi ſophiſtica adducentes, neq; quod quęriť exacte percipere uidenť, neq; quodnã ſalubre ſignũ appellemus, quod ſcilicet ægrotãtibus aduenien s futurã ſanitatem portendit, neq; cauſam, quæ corpori ęgro adhibita ſanitatis eſt procreatrix, qualia ſunt uniuerſa remedia, neq; ꝙ corpus ſanitate prędĩtũ ſanum uocamus: quorũ omniũ nulla cũ propoſito præterq; nominis ſocietate iunctorũ medicus notitiã habet. etenim ſanorũ cuſtodiæ, medicúſne, an gymnaſta præſideat ab initio nobis pro- D poſita quæſtio fuit, quemadmodũ pauloante declarauimus, huiuſce quęſtionis iudiciũ in finis exploratione uerſari dicentes: ſanitas ẽm an ſimpliciter medicinę finis ſit, ipſam nõ exiſtentẽ acquirentis, an præſentẽ cõſeruantis nihil refert, neq; ſi acquirere quidẽ medicinæ ſit cõſeruare aũt gymnaſticę. ſic & de gymnaſtica proponi in quęſtionem poterit, num bonus habitus aut ſanitas eius finis ſit, aut horũ alterutrius productio, ſiue cuſtodia. Periculũ enim fuerit, ut proximã demonſtrauit oratio, ne, ſi unã tranſeamus, ſeptem circa humanũ corpus artes conſtituamus: primã & manifeſtiſſimam & penè ſolam controuerſia carentem, eã ſcilicet quæ morbos expellit: duas alias, unam à ſanitate leuiter inhærente ad eam, quæ eſt in habitu, ducentem: alterã in ea conſeruantem: duas item

alias

A alias circa bonum habitum pariter sese habentes, effectricẽ unam, alterã, quæ conseruat: præter has etiam duas circa bonũ habitũ athleticũ uersantes. simpliciter enim alterũ naturalẽ bonũ habitũ appellamus: non simpliciter aũt eum, qui nõ naturalis est, athleticũ inquam, sed cum adiectione semper. quemadmodũ & Hipp. inquit nõnunquam sic loquẽs, Affectus athleticus nõ naturalis, habitus sanus melior: interdũ uero sic, In his, qui corpora exercent, habitus ad summũ boni periculosi. At de athleticis gymnasticisque uocatis corporibus nunc te intelligere oportet, non de illis, qui quomodolibet exercentur, ut de fodientibus, remũ pellentibus, metentibus, aut quippiã aliud ex naturalibus hominũ officijs præstãtibus: sed de illis, quibus id ipsum studiũ est, ut athleticis uirib. contra aduersarios exercẽdo sese muniãt. quare autẽ huiuscemodi affectio naturalis nõ sit, alio loco exposuimus.

B V Ex hac igitur oratione quod optime ad præsens negociũ facit, id ipsum est, quod proxime diximus, circa humanũ corpus septẽ artes futuras, quodque altera est exquisite bonũ habitũ efficiens, altera cõseruans. quod uero gymnastici boni habitus summitatẽ fugere uererique oporteat, ab Hippocrate clarissime testatũ est: sed simpliciter boni habitus, qui secundũ naturã est, summũ nõ solum uitare non cõuenit, imò totis uiribus ad ipsum niti decet. itaque omnes circa corpus nostrũ artes nouem fuerint: quarũ septẽ quis laudare poterit: reliquas duas potius uitiosas artes appellauerit: qualis & illa est, quæ cõmotica Græce dicitur: Latini cõptiuam uocãt. Has igiť, si placet, dimittentes, iterũ septem reliquas enumeremus, omniũ primã, quam morbos pellere dicebamus, alias uero deinceps, duas circa sanitatẽ in habitu, duas circa bonũ habitũ, duas circa summe bonũ habitũ. Et iã sanè patet etiã siquis circa corpus artẽ unũ habentẽ finẽ statuat, eum ad septẽ usque artes accedere necesse esse, nihilque aliud hunc finem esse, quàm sanitatem.

C VI Sed melius forsitan fuerit exquisitiorẽ de artib. sermonẽ facere, illud in primis, quod nemo ignorat, memoria repetentẽ, improbas artes apparens bonũ unicuique eorũ quæ sunt, artes aũt uerũ bonũ cõparare: ac deinceps dicentẽ: si uocata cõptiua adulterinã pulchritudinẽ cõciliat, hæc utique ars uitiosa adulatrixque fuerit, alteraque circa legitimã ueramque pulchritudinẽ uersabitur, quæ in uegeto colore, carnis moderata copia, membrorũque cõgrua coagmentatione cõsistit, quæ naturalẽ bonũ habitũ consequunť. sed de gymnastico bono habitu alibi seorsum uerba feci: nunc aũt fortasse de eodem per capita loqui melius fuerit, id sermoni principiũ statuẽtẽ. Siue enim secundũ naturã operari unicuique membrorũ idem, quod bene ualere, est: siue id necessario naturalẽ corporis apparatũ consequitur, ipsumque bene ualere nihil est aliud, quam secundũ naturã instructũ esse: istorũ utrumuis sanitatẽ constituens, (nihil enim nostra interest) sequentẽ orationẽ ita animũ aduertens accipito, nunquid naturali cuiusque mẽbri apparatu, an eius opera indigemus. mihi profecto ita persuadeo, neminem membrũ ignauum officioque proprio carens habere uelle: neque igitur cęcutientes oculos, neque nares odorari nequeũtes, neque crura torpentia, neque aliud quodpiam membrorũ, aut nihil penitus, aut deprauate agẽs quisquã habere cupiat: nullo enim eorum omnium quibus egemus, imperfecto egemus, neque domo, neque calceo, neque lecto, neque ueste, sed simul egemus, & perfecto egemus. Itaque infirme debiliterque ambulare non petimus, neque obtuse cernere, uel audire, neque aliud quicquam deficiens mancumque expetimus. quis enim coloris bonitatem, carnis molem, aut absolute corporis pulchritudinem, robúrue, imperfectas discupiat? quocirca si actionem non deprauatam, sed perfectam eligimus, multo minus corporis structuram, unde hæc profluit, mendosam labantemque uotis exposcemus: atque ita cum horũ alterutrũ sanitas sit, nullus proculdubio mutilam sanitatẽ, sed quam fieri potest absolutissimã firmissimamque exoptauerit. Igitur si aliud quodpiã bonũ habitũ à perfecta sanitate quis autumet, aliã sanitati, aliã bono habitui artẽ præficito: sin unũ atque idẽ utrũque est, unã & utrique artẽ præsidere necesse est.

VII At quomodo unũ idemque bonus habitus atque absoluta sanitas fuerit? primum si apparatum huiusce causam, eundem & boni habitus causam, esse crediderimus, secundo, ex ipsa essentia id percipiemus: bonus siquidẽ habitus nihil est aliud quam bene se habens habitus: habitus aũt affectio stabilis est: quare cuius est habitus, eius est etiã bonus habitus. ambo uero ad aliquid sunt: diciť itaque aliquis grãmaticæ habitũ habere, alius arithmeticæ, geometriæ alius, alius astronomiæ. & rei cuiusque, cum affectio bene adhærẽs altiusque defixa fuerit, habitus nominatur. nihil aũt in præsentia referat affectionẽ aut habitudinẽ appellare. quamobrem si & eius est bonus habitus, cuius est habitus, alicuius aũt habitus est, alicuius ergo & bonus habitus erit, & eiusdem, cuius habitus. at nobis in præsentia nõ de geometrico, musico, aut grãmatico, sed de salubri habitu sermo proponitur. cum bonũ igitur habitũ dicemus, non grãmaticũ, musicum, aut geometricũ, sed salubrẽ habitum dicemus. Atqui statim id ipsum nõnulli negligũt, & boni habitus sanitatisque nomina idem significare arbitrãtur: cũ

D tamen sanitatis nomen, affectionis cuiusdã nomẽ sit, boni uero habitus nomen non affectionẽ simpliciter, sed quod in ea optimũ permanensque est, manifestat: optimus eñ est habitus eius affectionis, quã sanitatẽ, aut bonum habitũ nominamus. non igitur (idẽ enim iterũ atque iterũ inculcare necesse est, cum quis multorũ inueteratã ignorantiã stirpitus euellere cupiat) nõ inquã affectionẽ, nõ structurã, non actionẽ, boni habitus nomẽ significat, queadmodũ neque simpliciter habitus: sed habitus quidẽ solã ipsam permanentiã stabilitatẽque affectionis ostendit, bonus uero habitus nihil ei plusque bonitatẽ adijcit: igitur ex hoc nomine habitus, & ex hac adiectione bonus cõponitur, quã omnibus, quæ laudamus, apponere cõsueuimus, quæcunque probe et in summa sua integritate cõstituta

tuta sunt. quid igitur appetimus, aut quid nostro
corpori inesse precamur? nũquid salubrẽ affectio
nẽ id ipsum solũ? an id ipsum idẽ est, ac si quæras,
nũ infirmas ædes ac ꝓpediẽ ruituras expetimus?
aut ultra usum, cuius causa structæ sunt, elegãtissi
me quoq; cõpositas, & ꝙ lõgissimo tẽpore dura-
turas? nemo profecto reperiat, qui nõ integre, &
nõ lõgi tẽporis spatio sanitate frui percupiat, quin
etiã nulla omnino ars est, quæ sibi id, ꝙd deterius
est, ac breuis tẽporis, proponat, sed quod in eadẽ
materia est ualde optimũ, atq; longissimo tempo
ris curriculo permansurũ. id sanè omnibus actiuis
artibus propositũ est. neq; etiam finis planè aliud
quidpiam, quàm propositi consecutio fuerit.

VIII Atq; iã ex dictis apertũ est, artis circa cor
pus uersantis finẽ esse unũ, ꝓpositũq; unũ: siue igit
ꝓpositũ hoc quispiã integritatẽ nominet, siue bo
nũ habitũ, siue sanitatẽ, siue naturalẽ corporis stru
cturã, siue naturalem actionẽ, aut affectionẽ, aut
structurã, per quã integre atq; absolute has natu-
rales functiones obimus, nihil in præsentia distin
guere opus est. Siquidẽ unũ mihi ostẽdendũ pro-
ponit, oẽs uidelicet artes propositũ finẽq; appete
re, finẽ uero uniuscuiusq; rei unũ esse, qui nihil a-
liud sit ꝙ secundũ illã substantiã bonũ. in uite igit
non aliud quidem finis est, aliud uero bonũ, neq;
aliud, prẹter id, quippiã ars uitiũ cultũ tradens spe
culat. itidẽ & ars oleas excolere docẽs, olearũ na-
turẹ perfectionẽ sibi propositũ statuit. uerũ enim-
uero una quædã res est humanũ corpus: & quędã
quoq; huiusce proculdubio perfectio est, quam et
præsentẽ custodire, & absentẽ reuocare, alicuius
artis officiũ est. huius autẽ si alterũ quendã inferio
rem finẽ cõstituã, antedictus nos excipiet sermo:
erit enim hæc boni habitus, illa summe boni habi
tus, alia salubris habitus, & quarta insuper ars salu
taris habitudinis opifex, & prẹter has athletici bo
ni habitus effectrix quinta: ꝙ si alijs quidẽ artibus
fines inducere, alijs autem eos cõseruare permise-
timus, non has modo, uerum etiam alias totidem
circa corpus artes uestigabimus, constituemusq;.
Ex quo efficit, neq; multa corporis bona esse po-
nenda, neq; aliam eiusdem opificẽ, aliam uero cu-
stodem artem esse statuendam: Et potenti sanè o-
mnia per capita contemplari, non pluribus opus
est: qui uero id facere nequeat, neq; adhuc omnia,
quibus ante male imbutus fuerat, ex memoria de-
leuerit, longiore, puto, oratione indiget.

IX Illa sanè cõfutanda sunt, ꝙ non unum sit cor
poris bonũ, sed omnia hæc, sanitas, robur, & pul-
chritudo, quodq; ars una id procreare possit, alte-
ra cõseruare, & quęcunq; alia ab his orientia non-
nulli perperã decreuerunt: atq; in primis unũ esse
corporis bonũ primarie & proprie dictũ, ad quod
reliqua omnia referunt, explicare melius est. alia
nanq; corporis bona uocata, nõnulla ut partes il-
lius dicunt, alia ut causæ, alia uero ut fructus qui-
dam. quemadmodũ enim pulchritudinẽ iucũdus
color, congrua caro, membrorũ cõmoderatio, &
alia quædã integrant, quidni & corporis bonũ ex
sanitate, robore, & pulchritudine absoluatur? itẽ
quid ꝓhibet ipsius corporis bonũ esse sanitatem,
A sed ueluti fructum quendã eius, pulchritudinem
esse & actionem? quid obstat præterea primũ cor
poris bonũ actionẽ esse, eius uero causam sanita-
tem? neq; per alia exquisite sanescet corpus, per
alia robustũ aut pulchrũ euadet. statim uero id e-
tiam exacte salubre est. Quare & ex hoc una circa
corpus ars esse cõcluditur: eadem enim facientes
simul & robusti ad agendũ erimus, & uisu pulchri
ores, & saniores, meliorisq; habitus efficiemur:
quemadmodũ cõtra, siquæ in corpus noxa incide
rit, et actionũ firmitas labascit, et pulchritudo mar
cescit, & bonus habitus uitiat, sanitasq; ipsa uiola
tur: hæc eñ omnia merito simul augẽtur, simulq;
decrescunt: naturalis etenim actio naturali corpo
ris eget apparatu, à quo rationẽ causæ erga ipsam
B habente producitur, quocirca illud in primis fieri
nõ potest, ut istorũ alterum adsit alterũ uero absit.
ambo etenim simul augent atq; decrescũt. cumq;
in melius proficiunt, hic bonus habitus, illa robur
appelletur. eadẽ nanq; ratione robur actioni, qua
bonus habitus sanitati cõparatur. utrũq; enim ab
utroq; producitur, sicutq; alicuius bonus habitus
est, ita et robur. naturalis nanq; siue apparatus siue
affectionis uirtus quædã est bonus habitus, actio
nis uero naturalis uirtus robur est. idem aũt est uir
tus, perfectio, & cuiusq; rei bonũ, quod illius pri-
mũ atq; simpliciter bonũ nominatur, ambo sanè
et propter eadem deteriores melioresq; reddunt:
bonus nãq; habitus salubris, ut antedictũ est, affe-
ctio nominat. siquis itẽ debiliter operet, roboris
C infirmitas imbecillitasq; dicetur. pulchritudo præ
terea priora, posteriora deformitas, necessario co
mitat. Hęc igitur omnia simul crescũt, simul minu
untur, & perficiunt simul omnia, simulq; delent.
ꝙdq; istorũ unũ, quicquid fuerit, statim & reliqua
om̃ia lędit: cõtrà ꝙd iuuat, pariter & om̃ia iuuerit.

X Atqui ex dictis iam unã circa hæc omnia ar
tem necessario uersari elucescit: ꝙd istorũ aũt prin
ceps simpliciterq; corporis bonũ sit, nihil in præ-
sentia attinet dicere. Sed ne id quoq; sermoni defi
ciat, subiungã: corporis bonũ absolutissimũ atq;
primariũ, quo egemus potissimũ, actionũ pe fe-
ctio est, ꝙd sanè uim roburq; defectiue enuncian-
tes nominãt: siquidẽ eos oportebat nõ uim simpli
citer, sed actionũ robur nũcupare. deinceps uero
D post hoc nõ simpliciter, neq; per se corporis bonũ
sed quoniã in primis & per se huiusmodi bono ad
sui productionẽ actionũ robur indiget, sanitatis
est bonus habitus, quẽ & ipsum iterũ curte nomi-
nãtes cauillatiõibus ansam prẹbuere. sanitatis eñ
bonũ habitũ cum dicere debebãt, nõ ita, sed abso-
lute bonum habitum uocãt. hunc necessario pul-
chritudo sequit aliud quoddã ab illis & tertiũ cor
poris bonũ. quare corporis bona æque ac animæ
neq; unius generis sunt, neq; similiter om̃ia dicun
tur, sed unũ quidẽ ut primũ atq; per se, alterũ tãꝗ
illius causa, tertium uero ut necessario cõsequẽs.
igit cuius horum trium ars corpus gubernãs pri-
marius opifex est? num sanitatis, an actionis, an
pulchritudinis? supra equidẽ iã patuit, etiã si isto-
rũ uni tantũ, ꝙdcunq; malis, profueris, necessario
cunctis tribus profueris. exẽpli causa si actionẽ iu

uabis, & sanitatẽ & pulchritudinẽ necessario iuua bis, quãdoquidẽ illa sine causa ipsam producente cõsistere nequit, pulchritudo uero necessario sub sequit̃. item si sanitati proderis, illico & actioni & pulchritudini proderis: etẽm utraq; ab ea ꝓfluit. qui uero pulchritudinẽ producit, iste ꝓculdubio & sanitatẽ ante produxerat. Si uero hanc, utiq; & actionẽ. Verũ ꝗd primũ ab artifice fiat, sermo noster uestigare cupiebat: atqui iam ex supra positis manifeste ars sanitatẽ efficere uidet̃, hanc naturalis pulchritudo actioq; sequatur necesse est. quod enim primũ artifex cum fecerit, acquiescit, id eius plane finis est: at naturali affectione, per quã agimus, restituta cõquiescit, ea uero sanitas erat, quã cũ induxit, nihil ultra circa actionẽ pulchritudinẽ ue laborat. accedũt enim hæ uel inuito artifice, ipsisq; aditũ intercludere, cũ semel sanitatẽ produxerit, prorsus nequit. ipsam tamen sanitatẽ impedire in ipso artifice positum est. ꝙ si ipsam corruperit, naturales actiones, aut pulchritudinẽ corpori adipisci nullo unq; pacto ualebit. Artẽ itaq; corpus tuentẽ, qualiscunq; sit, circa sanitatẽ omnium primã atq; per se negotiari asserẽdũ est, deinceps accidit, ut de actiõe pulchritudineq; curã habeat. neque uero propterea hæ ignobiles imperfectęq; sunt, sed perfectæ plenæ atq; summæ.

XI Quomodo igit̃ plura sint corporis bona, quõ unũ, quodq; nõ omniũ æque ars corporis curã habeat, sed unius per se, ex accidẽti aliorũ, abũde dissertũ est. At modo superest discutiendũ, quare in nulla materia, ars una, finis effectrix, altera cõseruatrix reperiat̃: statimq; ab initio neq; illorũ exemplum, qui in hac fuere sentẽtia, neq; rerũ præterea ipsarũ naturã ipsis fauere declarabo. si alterius ẽm artis est calceũ cõficere, alterius labefactatũ resarcire, nondũ tertiã hic artẽ conseruatricẽ nobis ostenderunt: pariter & in uestibus, si alterius quidẽ artis est, eas resarcire, alterius aũt cõficere, quęnã & in his tertia sit ars cõseruatrix, explicare non poterunt. in nostris profecto corporibus uniuersimq; in his, quę à natura regunt̃, effectrix utiq; natura est, textorię sutoriæq; proportiõe respondẽs. uitiatum aũt corpus instaurant chirurgus & medicus, qui & ipsi uestes sarcienti & ueteres calceos instaurãti similes sunt, uestẽ aũt calceum'ue in cõclaui reponendo custodire, ne aut à quopiã surripiatur, aut à muribus erodatur, id neq; ullius forsitan artis, sed solius est diligẽtiæ. ꝙ si horum conseruatricem artẽ esse quidã uelint, tales apud homines artes sunt imperatoria, reiq; pub. gubernatoria, & præter has, si placet, ostiariorũ, cęterorumq; custodum. ut enim ne inter hostes, aut prorsus ne inter sceleratos homines ferasq; bestias uersaremur, ædes ciuitatesq; cõstruximus, & muros circũdedimus, imperatores ac principes creauimus: sed non istarũ similẽ sanitatis conseruatricẽ artem cõquisiuimus: sed eã, quæ (ut puto) in humanum corpus aliquid agens nõ ex accidẽti, sed per se incolume ipsum ualẽsq; cõstituat. at proxime dictæ singulæ nõ ipsæ per se sanitatẽ custodiunt, sed eò quia homini non iugulato, neq; à fera discerpto sanitatẽ seruari, queadmodũ & uitã, cõtigit: quocir

A ca ex quodã accidẽti, nõ primo neq; ex sua ipsius ratione harũ utraq; artiũ sanitatẽ conseruat. Igitur sanitatem præcipue ex sui ratione cõseruans quibus cõtinebitur? ut mea quidẽ fert sententia, neq; illis, quæ nõ necessario corporibus nostris adhærent, neq; illis, quę nullã in partẽ necessario corpora nostra permutãt: Sed illis, quibus, uelimus, nolimus, corpus nostrũ utitur: & eorũ illis, quę iuuare aut officere ualeant: in ijs inq; & circa hæc tuendę sanitatis artẽ uersari arbitramur. in gladios enim, aut feras, aut laqueos, aut rupes nõ necessario corpora nostra incurrunt: sed in ambiente aere dupliciratione uersantur, & qm̃ corpori undiq; circumfusus est, & qm̃ per anhelitũ ducitur. somnus uero atq; uigilia, quies itẽ & motio in horũ numero po

B nitur. necesse nanq; est, aut dormire, aut uigilare, quiescere, aut motu exerceri. proinde esurimus & cibum capimus, sitimus ac bibimus, aut inter hæc medij agimus. cubiliũ aũt discrimina ac uestimentorũ nõ omnia necessaria sunt. eburneis nanq; pedibus lectulus aut grabatus ignobilis nihil sanitati prodest aut officit, neq; uiliũ aut sumptuosarum uestiũ usus: nõ uitrea uasa, aut aurea, aut argentea, aut lignea possidere, nõ formosorũ seruorum aut deformiũ turbæ dominari, aut seruis plane carẽtẽ ipsum sibijpsi ministrare. ista me hercule prodesse nobis uel obesse ipsorũ ratiõe atq; primario, aut ex accidenti neutiq; apta sunt: at calidus aer aut frigidus, esca & potus, requies & motio, uigiliæ somnique suis ipsorũ uiribus necessario corporibus no

C stris utilitatem aut noxam afferunt. uestimentum uero lacerum hyeme ac leue, graue autem æstuosumq; æstate lædit quidem ex necessitate, sed non ex accidenti. Verum frigore & calore diuexatur.

XII Hæc itaq; quæcunq; per se lędendi iuuandiq; potestatẽ habent, sanitatis custos speculatur. at quomodo, quáue ratione? posteaq; satis abunde corpus inanitũ est, sensilisq; nocumenti discrimen impendet, alimentũ sumere iubẽs. postq; ultra modũ exaruit, atq; hinc iã noxę periculũ instat potũ accipere præcipiẽs. itẽ et corpus exercẽs, cũ nostri moderatricẽ facultatẽ robustã præstare, excrementaq; angustis meatibus intrusa eruere uoluerit. quietẽ uero imperãs, cum exercitatiõe corpus lassari, aut supra, ꝙ cõueniat, digeri senserit. al

D uum præterea ducẽs, cum suppressa est: nimis aũt citatã cohibẽs. aliaq; in hunc modum omnia agẽs. & in summa id ante oculos habens, ut in corpore exactè sano ac ualido nihil nouare audeat: cum uero aliquãtulũ moderationẽ transierit, cõtinuo, ꝗd deficit, prius ꝙ latius malũ serpat, resarciat, perinde ac si subtegminis fila ex aliqua ueste non simul omnia, sed singulo die singula excidẽtia, qui huic rei præest assidẽs illico reponat, adeo ut huiusmodi correctio atq; emendatio multorũ notitiã præ exiguitate subterfugiat. talẽ medius fidius & beneualentibus præfectum artificem esse opus est, minimę cuiusq; differẽtiæ ac noxę obseruatorẽ iuxta atq; emendatorẽ. Verum si ex toto integrũ illæsumq; corpus duraret, taleq;, quale ipsum ab initio creator fabricatus reliquit, nequaq; correctore eguisset. at nunc cũ diffluat semper, atq; dispe

reat

reat, aliquo præsente obseruatore indiget, qui & quod dissipatur, quantum qualeq; sit, cogniturus est, illicoq; tale ac tantum uicissim reponẽs instaurabit. insitum humidum dilabitur, tantundem humoris, potum exhibens, irrigato. calidũ digeritur, tantundem caloris addito. aridũ consumitur, iam alendi instat occasio: ut semel dicam, quod discutitur atq; euanescit, ingeri paulatim atq; reponi, antequam in multorum notitiam ueniat, opus est.

XIII Igitur queadmodũ si duo sint dolia multis in locis foraminibus terebrata ambo æque ab initio plena, pariterq; per illa spiramina hac atq; illac perfluẽtia, horũq; uni quidã semper assidẽs tm̃ uicissim ingerat, quãtũ elabit: alterũ uero, anteq̃ ualde inanitũ est, nemo custodiat, postea quispiã repẽte superueniẽs semel totũ impleat: clarissime cõstat doliorũ istorum primũ, neq; inaniri, neq; repleri, alterũ uero ambo hęc pati à multis inspectãtibus testatũ iri: ita quoq; in sanis ægrotisq; corporibus res habet. utrunq; enim ars una modo uno emendat, quod deficit scilicet instaurãs, in quãto uero nõ in quali emendationis differentia uersat. Atqui secundũ quantũ in his, quæ fiunt, differẽtia ad unã artem pertinet, q; si alterius artis esse debeat, prorsus qualitate differat, oportet. q; si propterea geminũ esse correctiõis modũ arbitraris, q; ab uno dolio multũ prius effluxerit, q̃ artifex custos accesserit, alterũ custodẽ semper astantẽ, quæ sua bona fortuna fuit, nactũ plenum cõseruatur: haud recte sentis. neq; enim alia ars unum subtegminis filum, quod exciderit, reponit, alia, tria aut quatuor aut quingenta: neq; alia ars parietis particulam ruentẽ fulcit cõmunitq;, alia magnã eius partem collapsam restituit. Subtegmẽ stamini intertextũ uestem facit, num igitur pręter hæc uestis pati, aut præter hæc emẽdari potest? opus planè est, siquid uestis damni facere debeat, aut stamen, aut subtegmen, aut utrunq; pati, unamq; esse emendandi uiam, quæ subtegmen semper stamini implicet, quo eius ab initio compositionem imitetur.

XIIII Sed singulares actiones multis imponũt, uniuersale cõtemplari nequeuntibus. id eñ rationalis methodi munus est, quã neq; didicerũt neq; pertractarũt isti, qui quotidie de ꝓpositis problematis blacterantes disputare audẽt. satis eñ, siquidem eã nouissent, ipsis foret, discipulos semel docere, nõ infinita problemata discutere. nã qui eam rite percepit, nõ amplius infinitis eget, sibi ipsi omnia recte diuidere ualẽs. at eam methodũ ignorãs, præterq; q; ea infinita perperámne dicta sint, haud dignoscit, permultorũ adhuc propositorũ, quæ non audiuit, inops est. uerũ hæc strictim obiterq; aduersus eos dicta sint, qui quotidie in proposita discipulis audientibus edisserunt, neq; ipsi, quid dicãt intelligentes, quousq; imperiti inexercitatiq; in hac iudicatoria methodo fuerint. nam hoc loco quo inter se artes distinguendæ sunt? singularibúsne actiõibus an uniuersalibus? an nõ ita sed ꝓpositis scopis finibusq;, aut neq; his, sed materijs, instrumentis, principijs, & cõtemplatione, minime cõsiderantes de his nugant, quę penitus ignorãt. Igit & nos forsan melius fuerit, postq̃ semel id certamẽ cõficere polliciti sumus, q̃ breuissime poterimus antedicta repetere, iterũ à singularibus actionib. incipiẽtes. Est igit quędã singularis actio, qua utẽtes oculorũ palpebras cõsuimus, altera uero huius minime assimilis, per quã suffusiões detrahimus, aliæ quoq; tertia & quarta, neq; inter se ulla ex parte, neq; harũ similes sunt, ꝑ quas cõfractum os de capite excidimus, sed in alia corporis parte utpote humero atq; cubito in aduersũ tendẽtes atq; cõformantes deligamus: ab omnib. uero alijs actionibus lõgo interuallo ea dissentit, quæ circa herniã fit, manuaria operatio: à qua illa, quæ circa uarices: ab omnibusq; simul antedictis uesicæ calculi extractio, atq; horũ multa scalpello absoluimus: at oculũ sublinire, articulũ in propriũ situm reponere, cataplasma alicui mẽbro superdare, fistula quã cathetera Greci uocãt, rite uti, cucurbitulã affigere, sine scalpello quidẽ omnia præstãtur, sed inter se lõgissime & à proxime dictis euariãt: queadmodũ & uenã soluere, et arteriã secare, cutẽ scarificare, & hydropicos perforare, inter se & à modo positis distãt. atq; hæ quidem ac præter has aliæ infinitæ manuariæ actiones per illa fiunt: medicamentis aũt utentiũ porrò alterũ genus est, & ab seipso, & ab enarratis discrepãs. siquidẽ uentri potio, ciborũq; esus nulla societate participãt: neq; inedia clysterijq; usus, neq; frictio & lauatio: ab his uero lõgi⁹ distãt ulcus eluere ac purgare, et medicamentũ liquidũ, itẽ & aridũ imponere: gestari præterea, deambulare, luctari, scamoniũ, aut mulsã bibere. quorũ omniũ neutiq; similis est pulsatus arteriarũ calorisq; dignotio, q̃uis extremis manib. agamus: queadmodũ (ut reor) & humorũ abscedentib. sedibus cõtentorũ perceptio, aut tumorum hydropicorũ, aut gangliorũ, aut atheromatũ, aut meliceridũ, aut steatomatũ (ut Grecorũ nominibus utamur, quãdo Latina deficiũt) Neq; eñ eodẽ digitorũ iniectu, aut eadẽ motione et traductione & pressione, sed nõnunq; lõge differẽte in modo enumeratis utimur. quãobrẽ periculũ est ne totũ diẽ absumamus nihil aliud q̃ actionũ differẽtias recensentes, adeo ipsarũ numerosa multitudo est. Verũ ex his abunde quis nouerit, quãta illi erroris nebula caligẽt, qui per singulas actiões artes esse distinguẽdas arbitrent. nullus igit adeo fatuus, adeoq; attonitus est, qui à medicina modo propositas actiões diducat, & aliã quãpiã artẽ singulis ipsis præficiat aut herniæ dissectoriã (ut nũc quidã nominãt) aut calculi detractoriã, aut perforatoriã (quã paracenteticen uocãt) Etsi eñ q̃ maxime hunc hernię dissectorẽ, illũ perforatorẽ, aliũ calculi detractorẽ nuncupẽt, oẽs tñ istos cõmuni nomine medicos appellant, perinde ut eos, puto, qui à quibusdã membris, quorũ præcipue curã gerunt, uocitant: hos nanq; ocularios, auricularios, dentarios (ita dicere liceat) medicos nominãt: nõnullis à materia nomina indiderũt, cibarios & medicamẽtarios, aut per Iouẽ, etiã herbarios uocantes: quidã pręterea & nõnullos medicos uinidatores, & ueratridatores appellarunt, q; eos crebro talibus remedijs utentes cõspexerunt. omnib. enim (ut reor) hominibus rationalis disciplinæ princi-

pia naturaliter insita sunt: cognoscuntq; hi quidē magis, illi uero minus, quid idē sit in actionibus, quid diuersum. id nāq;, cuius causa, idē est, sanitas uidelicet apud oēs cōmunis intentio. modus aūt nō omniū unus, sed in numerū ingentē excrescit. Verum enimuero si quispiā (ut facit Plato uniuscuiusq; modū & in uniuersum propositū unā esse artē statuens, deinde in species differētiasq; ipsam diducēs, rursus illas partes singulas artē appellās) perinde & ipse aliquā uictuariā & medicamentariā & manuariā uelit artē appellare: nihil sanè fuerit, quod ipsi uitio uertā. Ita etiā si modo propositas singulas partiēs, ut diætā in ea, quæ assumunt, euacuantur, et gerunt, & exterius incidunt, istorū singulis propriā quandā artē præficiat, neq; istum accusauerim: iterum si hæc quoq; eadē multiformiter, usq; ad particularia partiat, minime ipsum impediā, quin in his, quæ assumuntur, aliā medicamentorū artē esse dicat, aliam ciborū, aliam potionum: quin etiā per singula ipsorū huius illiusq; cibi, huius illiusq; potus, atq; huius illiusq; medicamenti propriā esse artem dicere cōcessero: uerum si has inter se artes queādmodū arithmeticā, exēpli causa, ab oratoria, aut hāc ab ædificatoria & fabrili differre autumet, nō amplius illud cōcessero, cum istæ nullū cōmune propositū habeant, paulo supra uero enumeratis unū cōmune propositū sit sanitas scilicet. queādmodū igitur in oratoria, quę una est ars, aliam quidē exordij narrationis, aliā argumentationū, perorationūq; aliam esse artē dixero, si mihi solū id unū, unius esse artis ea siue species dixeris, siue partes cōcessum fuerit: ad eundē arbitror modū, et in medicina res habet. aliā enim artem manuariā dixero, aliā cibariā, aliā medicamētariam: unū id modo mihi seruetur, harū omnium unum esse propositū, propter quod unius esse artis particulæ coguntur: res enim dissimillimas id iungere, atq; cōnectere, cogereq;, ut in unam oēs artem cōspirēt, manifesto uidet. excindit aliquis, aut abijcit putrescentē particulā, alius aūt reficit, carneq; in cauo uulnere procreat: cōtrariæ quidē res, totaq;(ut aiunt) diametro distare uidebuntur: actiones enim longe differunt, ipsarumq; effectus cōtrarij sunt: ille enim eorū, quæ sunt, aliquid perdit, iste uero nouā aliquā substātiā gignit. sed neutri id ipsum per se proponit, aut illi quicq; destruere, aut huic generare: quemadmodū neq; urere aliquid, neq; secare, neq; aliud quicq; ipsum propter se facere quispiā aggreditur, sed tanq; sine hoc sanitatē assequi non ualens, ad quā omnes diuersis tamen itineribus ingredientes properant, ob cōmune utiq; propositū oēs medici uocati, sed propter actionis, aut materię, aut membri differentiā, hic manuarius, iste medicamentarius, ille ocularius appellatur: manuarius ab actiōe, medicamentarius à materia, ocularius à mēbro. cū enim quæ curantur, membra, nō parū inuicē differāt, curatoresq; ipsi actionib. ac materijs diuersis utant, ideò nonnulli ab actionibus alij à membris, à materijs alij cognominant, ocularij, manuarij, ac medicamentarij, uniuersimq; omnes à fine medici. Supra enim explicatū est, omnes artes in subiectæ sub-

A stantiæ bono uersari, eiq; operā dare: quare in singulis artibus unū quoddā primū bonū reperitur.

XV Cæterum q; quispiam palpebras, exempli causa, bene suens, perperam medicamenta propinet, alius medicamentis optime utens rationē uictus non rite præcipiat, in hoc alius egregie uersatus manus non bene exerceat, si diuersas propterea ac penitus separatas artes opinemur, statim sanè nō tres modo, uerum etiā trecentas sic artes statuemus. iste nanq; fistula, cathetere appellata perite utitur, ille clysteri, alius uenā secare est idoneus, arteriā alius: deinde cū aliquis hæc omnia insigniter administrās inuentus fuerit, rursum omnes illę artes in unā coibunt. atqui utrunq; uitiosum est, aut propter artificū inscitiā artē unā in multas discerpere, aut propter eorundē excellentiā multas in unā cōiungere. prior nanq; sermo neq; orandi, neq; numerorū, neq; terræ metiendæ, neq; canendi, neq; aliā quampiā illustrē artem unam esse concedet, quas multi tractantes propter earū magnitudinē totas cōplecti nequiuerunt. secundus aūt artes interdū nullius cognationis participes in unam aceruabit. nā si idē homo arithmeticus simul grāmaticus atq; philosophus fuerit, poterit quispiam unius artis has omnes esse particulas existimare. Itaq; ne agentiū multitudine, sed propositis scopis artes distinguamus, neq; in singulas actiones, sed in uniuersas inspiciamus. cōmune enim quiddam in singulis cuiusq; artis actionibus inuenies, per quod quāuis longo interuallo distare uideantur, nihilominus tamē eas unius esse artis particulas nihil impedit. uestes igit texere nihil aliud est, q; subtegmen stamini implicare: num igitur istud aliud est q; suere? neutiq;, uerū & in suendo subtegmina staminibus intertexuntur. nā si & ab initio statim quispiā sine textorio opere aliter subtegmina staminibus innectere uoluisset, aut eo modo, quo nunc lacera indumenta sartiunt, aut quo calathos, aut sportulas, aut retia fabricantur, nihilo secius uestimentū, sed multo longiori tempore confecisset. finē itaq; nō simpliciter cōiectātes, sed celerius ad ipsum peruenire studētes, hanc per telas conficientē artē excogitarunt non uniuersim, sed ex parte à supra positis differentē. idē & in medicinali arte cōtingit: innumera sanè (ut ita dixerim) singularia sunt, sed generale quoddā opus omnibus cōmune est. nā & corpori aliquid ut superuacuum detrahens, aut aliquid, quod deficiat, adijciens, unū uterq; in uniuersum præstat, corpori scilicet naturalē modū cōparans, qui nihil aliud est, q; sanitas, perinde uero & calfaciēs & refrigerās, & siccās ac madefaciēs. Queādmodū si ab initio nos confestim animal creare potuissemus, nō alia quapiā ratione eius primā formationē instituissemus, alia uero emēdationē adhiberemus: haud secus, postea q; neutrā horū nos primi efficimus, sed natura est primaria animalis opifex, iterūq; ęgroto sanitatē cōparat, non alia profecto ratione fœtui, alia in præsentia in lucem edito alimentū suppeditat, quinetiam similiter nunc operat, alit, digerit, excernit, omniaq;(ut semel dicā) in præsentia(ut prius) eadem ratione ministrat. Medicum aūt na-

turæ eſſe miniſtrum; primariãq; eſſe naturæ artẽ, ac rite celebre eſſe dictũ illud, Natura in omnibus auxiliat̃, naturã morbos iudicare, naturas morborũ eſſe medicatrices, à priſcis ſapientibus abunde tradita quid ego iterũ ſuperuacue repetã? q̃d em̃ in p̃ſentia utile eſt, in memoriã reuoco, non unius artis eſſe opus facere, alterius uitiatum corrigere, ſed eiuſdẽ. q; ſi nõ eiuſdẽ, at ſupra medicinã oſtendimus nõ artis ueſtes faciẽtis æmulã quicq;, quod prius non eſſet, procreare, ſed artis laceras tritasq; ueſtes ſartientis aſſimilẽ. explicauimus item conſeruationẽ eſſe duplicẽ: alterũq; ipſius genus, ſub quo & præſens de tuenda ſanitate tractatio reponitur, paulatim labefactata corrigere: idq; multos ſubterfugit, tanq; ſit à curatiuo differens genus.

XVI Cęterũ idipſum alicui finẽ eſſe putare, domum extruere, aut ueſtẽ, aut uas, aut ſanitatẽ facere, hominis eſt nõ potentis actionẽ fini pręuiã ab ipſo fine diſtinguere, quandoquidẽ non domũ extruere ipſius ædificatoriæ finis eſt, ſed domus, quẽadmodũ neq; ueſtẽ texere, aut nauẽ coagmẽtare, aut grabatũ aliorúmue unũquodq; fabricari, ſed ipſum opus, quod quieſcentibus iam à labore artificibus, adhuc permaneat. atq; ita effectiuæ artes ab actiuis tm̃ diſſentiunt: actiuæ nanq; cũ ab agendo deſierint, finis quoq; unà deſiit. nihil itaq; in ſaltatoria pręter ipſam actionẽ oſtendere poſſumus, ut in fabrili grabatũ, in ædificatoria domũ, in medicina ſanitatẽ. nõ igitur ædificatio, quẽadmodũ ſaltatorię ſaltatio, ędificatorię finis eſt, ſed domus res ab actione diuerſa: itidem textoriæ neq; textura, neq; texere, neq; ueſtis cõfectio, aut generatio, ſed ueſtis: pari ratione neq; productio, neq; generatio, neq; correctio ſanitatis medicinæ finis eſt, uerũ hæc omnia actio quædã artis cõmunis ſunt, quemadmodũ particulares erant ſecare, urere, articulos & artus, quæ Græci cola uocant, in aduerſum trahere, effingere, deligare, & ſupra has etiã, atq; cõmuniores manu operari, medicamẽto uti, & rationem uictus præcipere: uerum ſanitas ipſa finis eſt, quẽ iam quieſcente artifice demonſtrare ualemus. quare neq; ſanitatẽ cuſtodire, aut uitiatã emendare, aut prorſus amiſſam recuperare finis eſt: ſed omnia hæc actiones ſunt, finis aũt eſt ſanitas. at cõmunem generalemq; ſupra oẽs haſce particulares actionẽ alius ſanè alio appellat nomine, omnes tamen unum idemq;, ſed alio modo ſignificant, & qui ſanare dicit, & qui ſanitatem facere, & qui ſanitatis effectionẽ, & qui ſanationẽ. Alio modo & hi quoq; idẽ, quod proxime poſiti, dicũt, & medicationẽ morborũ dicẽtes, aut curationẽ, aut ęgrorũ medelã, aut medius fidius mederi, aut morbos extirpare, aut ſanitatẽ morbo pulſo inducere: item omnia quæ cõueniant, facere, dicẽtes, & qui morbificas cauſas ſe expellere aiunt. nemo enim iſtorum finem, ſed quæ finem præcedit, actionem dicit, perinde atq; ſi circa corpus ars quædam actiua ſaltatoriæ hiſtrionicæq; ſimilis uerſaretur.

XVII Verũ enimuero poſteaq; multis rationibus artes nõ ex particularibus actionibus eſſe iudicandas aſſertum eſt, ſed in uniuerſales ac proxime ad finẽ eſſe recurrendum, deindeq; illarũ ipſa-

A rum fines diſtinguere eſſe tentandum, in ſequenti diſputatiõe ea eſt difficultas excutiẽda, nunquid de ipſarũ materijs eadẽ ſit ratio habenda. Itaq; materia una plurib. artibus ſubijci, unaq; ars permultis uti materijs uidetur: quandoquidẽ lignũ nauiũ artifici, & carpentario, & machinarũ ſtructori, & ædes fabricanti, infinitisq; alijs materia eſt: lutum quoq; multarũ eſt artiũ materia, & lapides, aliaq; uniuerſa. at medicæ artis, una cum ſit, infinitæ materiæ ſunt, & corpus ipſum ſanitatẽ accipiens, & cibi ac potus, et medicamẽta omnia, & uocata diętemata ad uictũ pertinentia. hæc igitur medicorũ materiæ: corpus aũt tanq; id ex q̃ finis, aut in quo. cõſtat igitur nõ ex materijs artes eſſe iudicandas: neq; em̃ ſi quiſpiã alias cõmunes materias, utq; ali-

B quis dixerit, per accidens, alias uero proprias atq; propinquas ſingulæ arti ſubijciens, quatenus corpus noſtrũ naturale eſt, phyſicæ ſcientiæ ſubiectũ eſſe dicat, quatenus ſanitatis capax, medicæ, quatenus euecticũ, id eſt bono habitu præditũ exercitatoriæ, propterea alio quopiã, q; fine artes diſtinguit. nam corpus aliquod ſalubre dicere eius, qui iam finem cognoſcat, officiũ eſt. Neq; etiã ſiquis præceptis artes diſiungat, aliunde, q; à fine poteſtate ſumit initium: propria nanq; cuiuſq; artis pręcepta finis cõſtituit atq; dijudicat. igitur hæc artis propria ſunt, quæ dignoſcẽs aliquis, ad finem aſſequendum proficit. ſiquidem grãmaticæ, muſicæ, fabrilis, & aliarũ cuiuſq; artium quæcunq; præcepta, aut finẽ ipſum modo, aut ipſum quod melius

C aut celerius in ipſo eſt, exhibere poſſunt, ea artis propria ſunt. Quæ uero nihil aliud ad finem conſequendum proſunt, non propria ſunt. Itaq; omni ex parte ad finem properare ab eoq; artes iudicare præcipit ratio: propter hunc enim & cõmunib. actionibus, & proprijs pręceptis atq; principijs differunt: nam & hæc ſecundũ artiũ fines euariãt. quandoquidẽ ſanitas finis eſt: hæc uero in calidis, frigidis, humidis, ſiccisq; conſiſtit. in iſtis planè & materiæ & cõtemplationis (circa huius cognitionem) principiũ uerſatur: ſed diſſimili ratione medicus philoſophusq; id tractat. quod ipſum à ſciẽtiarum fine cognitum eſt atq; diſtinctum. Et ratio ſemper conuenienter finem inuenit omniũ, quæ in artibus continentur, regulã atq; iudicẽ. nam cu-

D iuſq; artis cõſtitutio inde ſumit initiũ. Quis enim medicinã cõſtituere properaſſet, niſi ſanitatis bonum optauiſſet? aut ædificatoriam, niſi domũ expetiuiſſet? aut textoriam, niſi ueſte prius eguiſſet? quin & ars reliquas omnes conſtituens hinc & ipſa accepit initium. alibi uero à nobis oſtenſum eſt, quo quiſpiam modo propoſito fine ipſius artem artificioſe cõperiat. eumq; qui præſentem librum exacte intelligere cupiat, in illo prius uerſatũ eſſe neceſſe eſt: ita enim euidenter cognouerit, ſub unam eandemq; contemplationẽ utranq; partẽ incidere, ſanitatis tutelarẽ uidelicet, atq; curatricẽ. uerum ſi ego, quæ in alijs uoluminibus à me latiſſime explicata ſunt, in hunc omnia librum conferre uelim, Menemachi Menodotiq; libros me prolixitate ſuperaturum ignorarem.

XVIII Cæterum artem circa corporis bonum

uersantem, prorsum unã esse ex antedictis (ut arbitror) satis declaratum est, atq; ex dicendis in posterum nihilo secius declarabitur, non tamen quo ipsam nomine appellare oporteat, adhuc manifestũ est. neq; enim forsan medicina, neq; exercitatoria sed aliud quippiã appellanda est, forsan autẽ & in totum ars ista, quemadmodũ & pleræq; aliæ, nomine caret, sed hoc paulo posteri⁹ speculabimur. Itaq; unum esse humani corporis bonũ, quicquid illud sit, sicut aliarum etiã omnium substantiarũ, esse uero & de ipso artem unam, siquid unquam aliud, & id quoq; uerum esse confirmo, necnon et eandem utriq; methodum inesse. una igitur circa humani corporis bonum arte uersante, in præsentia omnes eius particulas speculemur: nam sic & eius, quæ sanitatis tutelaris uocatur, quæ sit potestas, prorsus dignoscemus, ut in hac etiã parte methodo aliqua utentes, sectionem faciamus, genus artis corpus nostrum tractantis contemplantes.

XIX Verum non in sola ipsa contemplatione finẽ eius sitũ esse, sicut arithmeticæ, astronomiæ, ac physicæ, sed quiddã etiam circa corpus ipsam facere, neminem preterit. Quòd uero neq; in ipsa actione desinat, quemadmodũ saltatoria, postq̃ agere desiit, nihil ostendere ualens, & id quoq; omnibus cõstare arbitror. Igitur in cõfesso est eam inter effectiuas aut acquisitiuas esse collocãdam, postq̃ neq; inter actiuas neq; inter contẽplatiuas inuenta est: sed neq; inter acquisitiuas numeratur, qualis est ars illa, quæ retib. & hamo pisces captat, utq; in uniuersum dicã, qualis est uenatoria. aliqd enim eorum quæ sunt, istæ capiunt, & acquirunt: nihil aũt, quod prius non esset, ipsæ faciunt. inter reliquas igitur effectrices humani corporis ars reponitur. istarum uero duplex officium est: aut eñ aliquod integrũ, quod prius non erat, efficiũt, aut ex parte uitiatũ corrigunt. at quæ nunc quæritur, ars totum hominis corpus facere nequit, sed per partes instaurare potest, perinde ut uestiũ ars sarctoria, neq; ad eundem, ut hæc, penitus modum. natura nanq; & corpus fabricatur, & ipsum imbecillũ confirmat, ut ars uestiaria: ipsius uero naturæ ministra est ars, quæ in pręsentia uestigatur. conceditur igitur, ut procedat oratio, nos ipsam correctiuam appellare. sed aut magna corrigit, aut parua: & quæ quidem eius pars magna corrigit, medicatiua curatiuaq; nuncupetur: quæ uero parua, conseruatiua. eius ipsius quoq;, quę magna instaurat, permagna est differentia: omnis enim quantitas in multitudinẽ innumerabilem secari potest. at quia de ipsis dicere non est nobis in præsentia propositũ, hæc sane pars dimittatur, illa uero, quæ parua emendat, diuidatur. At hæc quoq; insignibus differentijs tripartito distingui uidetur. aut enim exacte perfecteq; ualentem accipiens, in hoc ipsum gradu cõseruat, hanc autem partem euecticen, id est, boni habitus seruatricẽ uocant. alteram eorum, qui iam morbum euaserunt, refectricem, quam sane & nõnulli recentiorũ medicorum analepticen, hoc est instauratricẽ appellãt. inter utranque pars ea collocatur, quæ ab ipsis proprie sanitatis tutelaris nominatur. cõmuni enim uocabulo et

A cõseruatiua simul & sanitatis tutelaris dicitur. tres igitur hæ partes conseruatiuæ modo enumeratæ, analeptice sanitatis tutelaris & euectice, sunt quidem omnes ab ea medicinæ parte, quæ exigua uitia tollit, inter se aũt ratiõe maioris minorisq; dissentiunt. magis enim parua castigat euectice, minus uero sanitatis tutelaris, hac adhuc minus analeptice. quidã uero & quartã his particulã adiecerunt, quæ ab his proprie prophylactice, id est præseruatoria uocata fuit, facultatem ei oppositã habentem, quæ à morbo proxime liberatos recreat. Hasce aũt ambas ancipitis quodãmodo esse naturæ inter contrarias totius artis partes nemo ambigit, dico aũt inter eam, quæ magna uitia, & eam, quæ parua dissoluit. curatiua nanq; pars q̃ magna

B uitia, euectice aũt atq; sanitatis tutelaris, q̃ parua discutiat, id perspicuũ est. in medio uero ambarũ interstitio instauratiua nominata atq; præseruatoria positæ sunt, si ad sanitatis tutelarẽ euecticenq; cõparentur, nõ exigua uitia emendantes, si ad curatiuã, non magna. propterea & quicunq; ambas has partes neutras appellauerũt, haud male mihi sensisse uisi sunt. sed de his alia est habenda oratio.

XX In præsenti aũt cõtẽplatione de cõseruatrice artis humanũ corpus gubernãtis parte tria diuisionis mẽbra supponant, unũ in corporibus leuiter ualẽtibus, alterũ in his quæ in habitu sana sunt, tertium de bono habitu prædictis. primũq; instauratiuũ appelletur, nihil enim in præsentia cũ illis de nomine digladiemur, secundũ tutelare sanita-

C tis, tertium euecticũ, hoc est boni habitus conseruatiuum, duo priora in melius ducẽtia, in optimo statu tertium coseruans. His ita positis, ab initio agitatę quæstionis meminerimus, erat aũt (ut existimo) huiusmodi: utrum ad medicinã, an gymnasticã pars tutelaris sanitatis uocata pertineret. non absq; ratione igitur inter initia sermonis nostri diximus, omnẽ quęstionẽ sub definitionem cadere: nam quid sit medicina, quid gymnastica cum nouerimus, non amplius difficile fuerit inuenire, ad utram ipsarum pars tutelaris sanitatis referatur. ipsa quidẽ pars tutelaris sanitatis quidnã sit, iam mihi manifeste explicasse uideor: aut enim tota pars conuersatoria est, aut ex illis tribus partibus una, quæ in medio uersatur inter euecticen scilicet uo-

D catam atq; analepticen. mihi itaq; reliquum nihil aliud quàm de nomine controuersia esse uidetur, res ipsa autẽ minime in obscuro uersari tantisper, dum superius declarata concedantur, ac fixa permaneant. atqui cum ipsa strictim atq; per capita recensuero, mox ad nominum interpretationem me cõuertam. Quemadmodum igitur bonorum uestimentorum, ædium atq; calceorum, perinde & corporis unam quandam artem esse constituo: cuius duas has esse partes, unam efficientem, corrigentem alteram: ambasq; hasce naturæ prius inesse, sed ipsarũ alteri emendatrici scilicet humanã artem opitulari, quæ & ipsa bipartito diuiditur, in curatricẽ partem seu medicatricẽ, atq; in alteram cõseruatricẽ, quæ & sanitatis tutelaris uocaẽ. ipsius uero tres partes sunt, analeptice, euectice, ac toti generi cognominis tutelaris sanitatis, itaq; siue

de

de cõseruatrice parte, siue de ei⁹ particula quispiã A quærat ad utrã artẽ ptineat, an ad medicinã an ad corporis exercitatoriã, totã rem prius (ut nunc ego feci) perstringentẽ, ita deinde ipsum explicare opus est. ꝙ una corporis ars cũ sit, licet uolenti eam medicinã appellare: sin hoc non placeat, exercitatoriã: sin id quoq; displiceat, totã artẽ nomine carere dicens, unã eius partẽ medicinã, alterã exercitatoriam appellato. si neq; id probas, sanitatis tutelarẽ quandã artẽ curatiuæ ex diuerso oppositã, eiusq; partes (si uelis) diæteticam, gymnasticamq; dicito. singula enim nomina si interpretabere, ita uniuersum, quod quærebas, indeptus fueris.

XXI At his auditis, quidam heus uir bone dicẽt, non quẽadmodũ ego statuere uoluero, sed ut recte habet, nominũ partitio facienda est. Iterũ igi B tur istis ita respõdeo, nostrã ô bone, non amplius de rebus esse cõtemplationẽ meministi, sed nominum explanationẽ nobis esse à te propositã, neq; id nos etiã tergiuersari. ac de nominibus nõ his solum, sed & de alijs omnib. illud in uniuersum pronuncio, nihil eruditũ in medium adduci posse. sed siue Assyriorũ linguæ uocabulũ sit, ab ipsis Assyrijs res discenda est, cui nomẽ illud indiderũt, siue sit Persarũ linguæ, aut Indorũ, aut Arabũ, aut Aethiopum, aut omnino aliorũ quorundã, illos percunctari oportet: nomẽ enim ipsum per se solum prolatũ nihil indicat. meã igitur sententiã accepisti. cæterũ nonnulli asserunt ipsis nomen aliquid significare, unde huiusce rei causa ego permulta Celtarũ, Thracũ, Mysiorũ, Phrygũq; nomina col- C ligens iussi ut à singulis rem significatã manifestarent: quibusdam autẽ in sola Græcorũ lingua id se posse facere dicentibus, hoc uocabulũ, λιμένα (Latine portũ dicas) proposui, illis uero locũ, quò naues applicant, significare affirmantibus: at Thessali, respondi, quod à nobis forũ dicit̃, ita nominant. sed isti Thessalicã linguã scire se negabant: tanq; illud ipsum confitentes, quod ab initio dicebatur, nullũ nomen, cui rei inditũ sit, aliter posse cognosci, nisi ab ipsis impositoribus edoctus fueris. cæterum aduersus ita demẽtes alia mihi oratio scripta est: res ipsas uero discere uolenti, & præcipue ac maxime huic ueluti optimo operi studenti, rerum prꝺterea nomina mutuæ locutionis causa percipere cupienti, usum mutuum interpretabor. neq; id D in rerum omnium nominibus omnibus faciam: id nanq; enarratoriæ cuiusdam, aut grammaticæ peritiꝺ munus est: sed attica potissimum nomina, secundo & ionica me cognoscere fatebor, nõnulla etiam dorica atq; æolica: sed in hisce linguis plura me ignorare, quàm scire, in attica uero plura me scire quàm ignorare concedam. ꝙ si tibi & de nominibus loqui me uelis, Homerus utiq; canit,

Vir medicus multis alijs tibi dignior esto
Dira uenena trahens, & pharmaca mitia fundens
Multa salubria miscens, & lethalia multa,
Doctior est cunctis medicus mortalibus unus:

Vtpote arte medica languida corpora medicamentis manuariaq; opera curante.

XXII An uero & alia tertia medicationis pars diætetica appellata (latine uictuariã dixeris) Homeri temporibus extiterit, ego nulla id coniectura assequi possum. Sed me uetustior, & quem magis Græcorũ res nosse uerisimile est, Plato philosophus antiquos Asclepiadas hac medicinꝺ parte non admodum usos esse asseuerat. Verum medicinæ tres has esse partes, artemq; male habentia corpora curantẽ ab uniuersa Græcia iatricen, hoc est medicinam, appellari, nemo ferè est, qui eat inficias. Gymnasticæ autem artis nomen, Homeri seculo nondũ repertũ erat, neq; quisq; omnino gymnasta (sicut medici nomen inuenies) uocabatur. quẽmadmodũ neq; etiã apud Platonẽ gymnasticæ nomen frequenter reperire licet: sed pædotribã magis, ꝗ̃ gymnastã huiusce artis professorem appellat. nam paulo ante Platonis tẽpora gymnastarũ ars exorta est, quo etiã tẽpore & athletarum exercitatio emersit. priscorũ eñ seculis uir quidã operarius naturalia munia exequẽs, uere bono habitu robustus in certamẽ descẽdens non lucta modo, sed etiã cursu certauit, atq; etiã duobus his, & iaculo præterea, & arcu, & disco, & curru alios superauit: postea uero hæc disiuncta sunt, qualemq; Homerus unũ Epeũ fecit ad cuncta quidẽ secundum naturã munia obeunda omniũ ignauissimũ, sed strenuũ pugilẽ, cuius artis in solis certaminib⁹ usus est, tales omnes euaserunt, neq; arare, neq; fodere, neq; iter facere, neq; aliud quicquã pacis, ac multo minus belli opus egregie præstare ualẽtes.

XXIII Horum hominum bonum habitum in superioribus uituperauimus, artemq; pariter gymnasticam ipsos instruentem: aliumq; bonum habitum laudauimus tutissimũ iuxta & ad omnes naturales actiones maxime idoneum: cuius materiꝺ effectiuæ simul & conseruatiuæ duæ sunt, & salubris uocata uictus ratio, & exercitatio. quatuor nanq; genere cum sint omnes materiæ, à quibus corpus nostrum commutatur, manuaria functio, medicatio, exercitium, ac uictus ratio, una est ægrotis inutilis, duæ uero secundum naturam sese habentibus. ægrotans nanq; in multis medicamina, manuũ operã, uictusq; rationẽ postulans, nulla ex parte exercitatiõe eget: exquisite uero sanus corpus exerceat, & certa quadam uictus ratione utatur necesse est, sed medicamẽta, aut manus ministeriũ non requirit. Tuendæ igitur sanitatis artis pars est gymnastice, abundeq; de utraq; præcepit Hippocrates & quæcunq; de aeris natura, locorũ, aquarũ, uentorũ, anniq; temporũ noscenda sunt, item de cibis, potibus, atq; exercitationibus accuratissime omnia perscribens. ex istis enim uictus ratio, quam diætam Græci uocant, integrat̃, haud secus & de tempore, quantitate, ac qualitate non exercitationis tantũ sed etiam frictionis copiose disseruit. Plato uero à parte totũ cognominare uisus est, non tuendꝺ sanitatis artẽ, sed exercitatoriã appellans, cùm quia exercitiũ beneualentiũ propriũ est, tanq; nullo pacto ipso ægrotis utentibus, tum ꝙ id solũ moderatore egere iudicauit: quandoquidem exquisita sanitate fruens, corpus naturalibus appetitionibus utens, neque in quali, neq; usus tempore quicq; sumendis cibis erroris committet. sed de hoc alibi sermo habendus est.

XXIIII Quòd Plato autẽ aliã gymnasticã ut artis corpus regentis partẽ nouerit, aliã uero, quam nunc homines celebrant, ex his quispiã cõprehendere poterit: tibi enim eius uerba subijciã primaq; ea, quæ in Gorgia ad hunc modũ se habent: Duæ res cũ sint, duas esse artes dico, unã animæ, quam ciuilem appello, alteram corporis, quam & ipsam unam quo nomine appellem non habeo: sed una cũ sit corporis curatio, duas partes nomino gymnasticã unã, medicatricẽ alterã. Hoc loco unã esse artem corpus curantẽ, quæ duas principes partes habeat, lucidissime Plato monstrauit. partesq; ipsius esse nominatas, totam uero nomine carere, in optimũq; respicere, qui & bonus habitus dicitur, ex hisce declaratur. quorũ singula in eodem libro pauloante explicauit: Corpus sane uocas aliquid & animã? quid igit & istorũ amborũ quendã esse bonũ habitũ non putas? ego uero aliquẽ apparentem bonũ habitũ, sed non uere bonum existimo: quod aũt dico, tale est. plerιq; se corpore bene habere putãt, quos haud facile quispiã non bene habere sentiat, nisi medicus, aut exercitatorũ aliquis fuerit. Et in sequentib. optimũ istos intueri: quod uero sit iucũdissimũ ab obsoniorũ cõditore, eoq;, qui Græce cõmotes, latine comptor dicitur, spectari ipse late declarat. Sed gymnasticã illam, qua instituuntur athletæ, graui quidẽ nomine decoratam, sed flagitiosam artem, nondum eousq; extra naturæ limites progressam, quousq; eam nũc protulerunt, iam uero non optimum finem, sed absolute uiriũ, quibus aduersarij prosternantur, incrementũ sibi proponere incipientẽ in tertio de republica libro uituperauit in hunc modũ disserẽs. Et per Iouẽ inquit ille, omniũ fere potissimũ, si ultra gymnasticã superuacua ista corporis diligẽtia producat, nos impedit. nam & domui gubernandæ & militiæ & magistratibus in ciuitate gerẽdis incõmoda est: præcipuũ uero ac maximũ, φ ad omnes disciplinas, cogitationes, ac meditatiões capessendas maligna erga se est, capitis semper aliquas distentiones atq; uertigines reformidans, sapientiæq; studiũ illarũ affectionũ ortus causam asserens. Quare ubi hæc est, uirtute exerceri ac præstare, penitus impedimentũ est: efficit enim ut homo semper se ægrotũ opinet, neq; de corporis habitu queri unq; desinat. Adhuc inferius euidẽtius gymnasticæ finẽ non uires aduersarios ꝓsternentes, sed usum ad naturales actiones esse confirmauit ita dicens: Ipsas quidẽ exercitationes ac labores ad irascibilem naturæ partẽ respiciens, illamq; excitans subibit potius, φ uiriũ rationẽ habens, nec quemadmodũ alij athletæ, corporum roboris causa uictũ instituet, laboresq; adhibebit. Vndiq; igitur Platonis sententia perspicua est Hipp. mentem de huiusmodi gymnastica exquisite probantis, cuius gymnasticæ finis est athletarũ bonus habitus: ipsam eñ tanφ ad omnia ciuilia negocia inutilem uituperat, quod breui oratione ille cõplexus ita pronunciat: affectio athletica non naturalis, sanus habitus melior est. φ ipsorũ uero maxime excellẽs affectio, ad quã potissimũ ꝓperãt, ad sanitatẽ periculosa est, quodq; id Hippocrati Platoniq; ignotũ non fuit, & alibi à nobis dictum est.

XXV Cæterũ quoniã semel de hoc nõ uere bono habitu, deq; uitiosa gymnastica sermonẽ institui: & hæc iterũ, φ paucissimis potero, perstringã. Cum in quadã moderatione sanitas sita sit, huiusmodi gymnastica intemperiẽ excessumq; molit, multã & solidã carnẽ procreãs, sanguinisq; copiã φ tenacissimi adaugens: neq; enim uires tantum, sed etiã molẽ pondusq; corpori adijcere conatur, ut hac etiã ratione aduersarius opprimi ualeat. neque igitur amplius reperire difficile est, artẽ hanc omnibus naturalibus actionibus esse inutilem, & alioqui periculis obnoxiã. quod enim in omnibus ueris artibus maximũ studium est ad summũ eius, quod appetit, peruenire, id in ista pessimũ est: cũ eam affectionẽ, quæ ex sentẽtia Hippocratis præter naturã est, tanφ naturalẽ adipisci contendat. Siquidẽ naturæ bona quò procedunt magis, crescunt atq; augentur, eo meliora euadunt: non naturalia uero tanto deteriora sunt, quanto maiora. unde istorũ nonnulli repente obmutuerunt, alij sensum motumq; amiserunt, ac penitus attoniti facti sunt, mole ista præter naturam ac multitudine insitũ calorẽ extinguente, liberũq; spiritui transitum intercludente: quicunq; autẽ ex ipsis mitiora patiuntur, effracto cõceptaculo sanguinẽ uomũt aut expuunt. huiusce igitur boni habitus opifices, quorũ hæc mirabilia sunt uolumina, quæ à confractas aures habentibus in præsentia circumferuntur, iam prorsus ab hoc nostro libro ablegemus, si quidẽ tu quoq; charissime Thrasybule cognoscis istos neq; dignos esse, ut à me responsionẽ accipiant. quid enim istis plus erit, qui heri aut nudiustertius prẽter naturã crapulari atq; dormire desierũt, ad tantũq; audaciæ peruenerunt, ut de rebus illis temere impudenterq; cõtendant, de quibus neq; illi facile pronũciare audent, qui iamdiu earũ cohærentiã pugnanteq; naturã assequi studuerunt? quod nam isti profundũ eruditũ graueq; præceptum cõdiscere poterunt? mirandũ fuerit medius fidius, si cum neq; illi omnes, qui à primis pueritiæ temporibus in optimis disciplinis uersati sunt, boni huiusce cõtemplationis iudices esse ualeant, illi qui sese in certaminibus ad uincendũ exercuerũt, degeneres aũt & ubi uictoria caruerunt, repente gymnastæ effecti soli mentis acumine precellant. uigilia nanq; cogitatioq; non rudis, magis φ somnus, perspicacẽ intellectum reddunt: idq; ab omnibus fere hominibus, quoniam omnium uerissimum est, adagium decãtatur: Crassus uenter subtilem mentem non parit. forsan igitur puluis adhuc solus sapientiã ipsis comparauit. nam lutum, in quo crebrius uolutati sunt, quis sapientiæ conditorem esse arbitretur, & sues cernẽs in ipso conuolui: at non in latrinis, inter quas quotidie uitam traduxerunt, par est ingenij solertiã procreari. at qui præter hæc nihil aliud ipsi agebãt. omnẽ enim ipsorũ uitã in hoc circo uersari cõspexi, aut edentium, aut bibentiũ, aut dormientiũ, aut uentrẽ exonerantiũ, aut sese in puluere lutoq; uolentium.

XXVI His itaq; dimissis (ueras eñ artes & nõ sceleratas cõtemplaturi in hunc sermonẽ incidimus)

legitimæ gymnasticæ autores iã accersãmus Hippocratẽ, Dioclem, Praxagoram, Philotimũ, Erasistratũ, atq; Herophilũ, & quicunq; alij totã artẽ ad corpus pertinentẽ didicerũt. proxime uero Platonẽ loquentẽ audiuisti, eius nullũ esse ꝓpriũ nomẽ. ne igiť totius artis corpus curantis unũ nomẽ quæ rito, neq; eñ inuenies. Verũ si forte de ipsa sermonẽ habere institueris, cõtetus sis Platonẽ imitatus ita disserere: una cũ sit corporis curatio, duas eius partes appello, unã gymnasticen, alterã curatricẽ, sanorũ quidẽ gymnasticẽ, ægrorũ uero curatricẽ. Sed illud magis cõsideratiõe dignũ, Platonẽ non sanitatis tutelarẽ artẽ curatrici in partitione opposuisse, quẽadmodũ antedicti oẽs uiri fecerũt: quorũ unius (si placet) meminero, quoniã eius uolumina passim celebranť. Inquit igiť Erasistratus in primo de tuenda sanitate. neq; enim medicus inueniri potest, qui sese ad tractãdã artẽ sanitatis tutelarẽ cõtulerit. deinde subiũgit, cruditates eñ ab aliquo affectu prouenietes & ipsarũ curatiões ad medicatiuorũ non ad sanitatis tutelariũ tractationẽ rediguntť. deinde iterũ ꝓgrediẽs addit: si quod uero in corpore uitiũ extiterit, ꝓpter q̃d assumpta semper corrumpunť, neq; in æque malos succos, ac sunt priores, cõuertunť, huiusmodi affectionẽ medici est, non tuendæ sanitatis magistri dissolue re. itẽ paulo post, Præcipere de his, aut has discutere medicos non tuendę sanitatis magistros decet. Videť eñ iste nõ artẽ quandã solũ, perinde ut alij oẽs, sed etiã eius professorẽ sanitatis tutelarẽ appellare, quẽadmodũ, ut cẽseo, & medicatiuæ professorẽ medicũ uocat, ut artis corpus curantis, cuius nullũ ꝓpriũ apud Græcos nomen erat, in duas principes partes distributæ, sicut ipsas partes medicatiuã sanitatisq; tutelarẽ, ita et earũ professores medicũ sanitatisq; tutorẽ appellemus. eodẽ modo aũt & pleriq; alij medici nominibus usi sunt. Cæterũ, ut uideť, Platonis tẽporibus nondũ Græci aut artẽ ipsam, aut eius ꝓfessorẽ sanitatis tutelarẽ appellare cõsueuerunt. neq; eñ Hipp. liber sanitatis tutelaris, sanitatis tutelaris inscribiť, sed alius de ratione uictus, alius de aquis aere & locis inscribiť: forsitan aũt (ut ꝓxime retuli) neq; sanis opus esse ratione uictus Plato opinabať, sed ipsis gymnasticam solam sufficere: neq; enim instauratiuã partẽ, aut præseruatiuã ad gymnasticã fortasse pertinere existimat: medias enim ipsas (ut dixi) collocatas utri uolueris adijcere potes: q; si ipsas medicatiuæ adiungas, exigua erit sanitatis tutelaris portio de aere, aqua, locis, exercitationib. cibisq; tm̃ cõsiderãs: atqui neq; de cibis omnib⁹, sed de illis tm̃, qui ad secũda fruẽtes ualetudine pertinẽt: Quinetiam fortasse cũ aeris regionũ aquarũq; notitiã medicus ꝓoccupauerit, utpote curatiua parte ante cõstituta, nihil amplius de ipsis ut nõ solũ medici, sed etiã sanitatis tutores fiãt ꝑter artẽ exercitationũ rationẽ tradentẽ discendũ superest. Quãobrẽ neq; absurdũ fuerit & à parte nomen habẽte totũ appellari. uerum hęc de nomine est, non de re, disputatio.

XXVII At si quispiã (quod & supra posui) id ipsum perspiciẽs non de re, sed de uocabulo institutũ esse sermonẽ, me & de hoc aliquid dicere precipiat, melius eos fecisse dixero, qui duas totius artis principes partes sanitatis tutelarem curatiuãq; appellarũt: quandoquidẽ in diuidendi methodis didicimus eiusdẽ generis res per opposita mẽbra partiri. exẽpli nanq; gratia de animalib⁹ dicẽs alia esse aerea, alia aquatilia, si addat, alia ratiõalia, perabsurdũ euidenter faciet: nam prior partitio ignea terrestriaq; adijci postulabat: hæc enim proportione aerijs, aquatilibusq; respõdent: secũda uero in diuidendo rationalibus irrationalia opponi requirit, ac eadem ratione mortali quidẽ immortale, fero domesticũ, pedestri uolucre natatileq; opponitur. extremæ nanq; dementiæ est animaliũ aliqua immortalia esse dicere, aliqua pedestria, aliqua bipeda. ad eundẽ sanẽ modũ in arte corporis præside, siquis eam partiens inuenire partes quærat, ægros curantẽ medicatiuã, sanis cõsulentẽ sanitatis tutelarẽ appellabit: quinimò etiã melius, ut & nos antea dicebamus, ars corporis curã habẽs emẽdatrix cum sit, qua parte magna uitia corrigit, medicatiua ceu medicatrix nominabitur: qua uero exiguas noxas tollit, ideoq; præ exiguitate, num etiã corrigat, sensum subterfugiens, cõseruatrix diceť: quinetiã aptius à materijs has partes morbidã unam, sanitatis tutelarẽ alterã appellaueris. q; si rursus uelis sanitatis tutelarẽ siue cõseruatiuã partiri (utroq; eñ modo licere appellare dictũ est) à subiecta ipsã materia in tres partes diduces, ut supra retulimus: in refectricẽ uocatã, & in sanitatis tutelarẽ secundũ habitũ, & in boni habitus effectricẽ. nam singulis dictis partibus ꝓpria materia subijciť, uni leuiter ualens corpus, alteri secundũ habitum, tertiæ bono habitu præditũ. accidit enim ipsa corpora eodem cum partibus artis nomine appellari. q; si secundũ auxiliorũ materias artẽ hãc sanitatis tutelarẽ, cõseruatricẽq; distribues, in quatuor partes secabiť, una siquidẽ in assumptis, altera in his, quæ fiũt, tertia in his, quæ euacuanť, quarta in forinsecus occursantibus uersať. per hæc eñ sanitas custodiť. pars igiť tutelaris sanitatis artis in his, quæ assumunť, uersans ciborũ potionũq; ad sanitatis custodiã pertinentiũ scientia est: quæ uero in his, quæ euacuanť, uersať, sudores, deiectiões, urinas, in uniuersumq; omnia, quæ corpus nostrũ excernere debet, cõsiderat: quæ exterius incidentium est, aerem, aquã, salsuginẽ, mare, oleũ, aliaq; huiusmodi omnia speculatur. at quarta pars artis, quæ superest, in his, quę aguntť, posita, exercitationibus, appellatisq; Græce epitideumatis, hoc est, studijs, continetur: insomnietas nanq;, & uigilia, somnus, uenus, ira, curæ, lauatio ex hoc genere sunt. atq; singulorũ enumeratorũ quantitas, qualitas, occasio à sanitatis tutore dignoscenda est.

XXVIII Quãtula igiť tutelaris sanitatis artis pars est de exercitationib. sciẽtia? rectius eñ puto gymnastica ars appellabiť, quę omniũ exercitationũ facultatis sciẽtia est. nã quę ad palestrã solũ pertinet cognoscere, perq; exiguũ est, omnibusq; mortalibus minime utile. q̃nquidẽ remigare, fodere, metere, iaculari, currere, saltare, equitare, uenari, armis certare, ligna findere, baiulare, et agrũ colere, omniaq; alia secũdũ naturã facere, q; lucta exerceri, me-

ri,melius est.unde tibi iã intueri licet,nõ modo sanitatis tutelaris artis quota sit portio gymnastica, sed etiã gymnasticæ minimã esse particulã luctãdi studiũ,huicq́ cognatũ athletarũ exercitiũ,& affectionis cuiusdã nõ naturalis effectiuũ, uitiosamq́ artẽ sibi præpositã habẽs optimũ quidẽ boni habitus finẽ præ se ferentẽ, sed omnia alia potius,q̃ bonũ habitũ ꝑducentẽ. At huius improbæ artis isti misere luctati repẽte sciẽtissimi euaserũt.ueræ aũt legitimæq́ gymnasticæ Hippocrates & nuper cũ ipso enumeratus illustriũ uirorũ cœtus magister est. queadmodũ uero ad curatiuã partẽ pertinẽtia nõ rite oĩa ab omnib.tradita sunt: perinde & de exercitationibus nõ uera omnia pręcepta tradidere. uerũ in pręsentia perperã de ipsis locutos castigare ꝓpositũ nõ est,sed gymnasticæ nomen declarare:q̃ scilicet hæc facultatũ in exercitationib.positarũ queadmodũ & medicamẽtaria facultatũ in medicamẽtis repertarũ,scientia quædã est. ambæ enim hæ partes à materijs denominationẽ sortitæ sunt: sicut & aliæ, quas paulo ante recensui. Atq́ hinc eos male sentire cõstat,qui in diuidenda tota arte gymnasticã medicatiuę opponunt.illa nãq́ à materia,hæc à generali cõmuniq́ actione appellationẽ habet.particulares eñ primę actiões hæ sũt, ueratro aut scãmonio exẽpli causa purgare, uenã soluere,os excidere,inediã indicere, cibũ exhibere,post has aliæ cõmuniores, ac iã uniuersales,medicamẽtis medicari, manus opera uti, rationẽ uictus instituere, omnibusq́ istis cõmune mederi. queadmodũ,ut puto,iterũ actionib.circa sana corpora accõmodatis omnibus cõmunis est cõseruatio:ac quisquis per diuisionẽ medicatiuo cõseruatiuũ opponit,cognatorũ oppositionẽ facit:utrũq́ eñ ab actiõe nominatũ est: queadmodũ rursum à subiecta materia morbidũ atq́ sanitatis tutelare: ab auxiliorũ aũt materia medicamentariũ ac gymnasticũ,hoc est,exercitatoriũ.illud eñ morbidi & medicatiui pars est,hoc sanitatis tutelaris & cõseruatiui.Cęterũ hoc loco diligẽter mẽtis acies excitãda est, ne gymnasticũ palęstręq́ pręfectũ eundẽ nos efficere, totiusq́ gymnasticę particulã quandã luctatoriã(ut ita dicã)cõstituere nos ꝓtereat:quãdoqdẽ & q luctas oẽs & frictionũ singillatim oẽs actiones rite obire ualeat, iste panifici,coquo,ædificatori ꝓportione respõdet, facere qdẽ panes,obsonia,ędes sciẽtib. minime tñ quid in ipsis optimũ sit,quid nõ optimũ intelligẽtib. quãq́ facultatẽ ipsorũ unũqdq́ ad sanitatẽ habeat, nõ dignoscẽtib.

XXIX Itaq́ ars,quę corpus humanũ curat,ut crebro ante repetitũ fuit,una est, aliæ uero huic materias cõparãt:neq́ eñ alutarij cerdones,quibus calceatis, quibus sine calceis ambulare melius sit,nouerũt, sed neq́ quibus calceari quidẽ melius est,q̃ tñ calceorũ genere uti debeãt, cõpertũ habent. id autẽ Hipp.haud ignotũ est: cuidã eñ arbylis lutũ calcãtibus calceari ꝓcepit,nõ tñ ipse arbylas cõficeret.queadmodũ neq́ imperator galeã,loricã,hastã,clypeũ,gladiũ,aut ocreas cõderet. ꝓterea neq́ ædificator de excelsa aut parua domo quicq́ nouit,aut de cõuersa ad occidentẽ,aut orientẽ,ad austrum,aut ad aquilonẽ,neq́ de frigida, aut calida,

A aut tenebricosa,aut illustri,aut de humili eius parte,siue superiore,aut de humida,uel sicca:quã utilitatẽ ista singula,quamúe noxã afferãt.perinde ut panifex cuinã purissimus panis, cui ex farina à furfure nõ separata, cui multus aut paucus quoúe tẽpore sit dandus,ignorat,ipsos uero panes egregie cõficit.eadẽ ratione & coquus lentẽ, hordeũ, alicã,seu chondrũ gręce,betã,aut aliorũ aliquid nullius ipsorũ uires cognoscens, esui tñ apta reddere peritus est.Proinde id genus artes materias oẽs arti corporis curatrici subministrãt, queadmodũ & istis aliæ,panifici quidẽ frumẽtũ agricola,clibanũ figulus,arborũ succisor ligna, carpẽtarius mẽsam, carpẽtario autẽ ipsi rursum alius asciã,amussim alius, itẽ alius ligna. at alutario cerdoni itidẽ cultrũ B fabrilis ars, coria pelliũ cõcinnatrix, pedis effigiẽ, calopoda Gręci uocant, carpentaria. ædiũ q̃q́ structori sculptores,lapicidę,laterifiguli, & carpentarij,illi quidẽ lapides,isti lateres, hi uero ligna idonea ꝓparãt.oẽs igiť id genus artes mutua ope indigẽt, & perfectiorib.materias, ex quibus finẽ suũ assequunť,suppeditant:& instrumẽta optima,per quæ illas adornãt, efficiũt. Omnibus his autẽ ceu quædã architectonica ars corporis curatiua præsidet:siquidẽ ædificatoriæ,ut tales quasdã ædes extruat, ꝓcipit,calceariæ calceũ, panifici panẽ, culinariæ obsonium,alijsq́ singulis,ut quæq́ apta est, quid actura sit, imperat. Sed huiusce artis corpus curãtis,sanitatis tutelaris appellata pars est, cuius quadripartito diuisæ partis unius gymnastica par C ticula est. ea igiť tot artiũ ueluti quędam princeps habeť, equestri sanè quãdo equitare oporteat,uenatorię similiter, & uniuersim cuilibet alij animalia captãti, cum ipsarũ usus postulat modũ occasionẽ,qualitatẽq́ demõstrãs: haud absimili ratiõe & fodiẽtibus, & metẽtibus, & ligna cędẽtibus, & nauigãtibus, & saltãtibus, & quodcunq́ aliud agẽtibus præsidẽs ipsa dominať atq́ imperat. Vna quædam inter id genus artes & illa est, quæ in luctationibus uersať. appellemus autẽ eam,si lubet,gręco uocabulo pædotribicã: hæc eñ eorũ nihil intelligẽs, quę ad utilitatẽ noxãq́ corporis faciũt,decentes,uarias,sternẽdi uim habẽtes,facilesq́ ac minimo labore apprehẽsiones simul,ac motiões,haud minus q̃ saltatoria,cõperijt. uerũ hæc corporis cu D rationẽ nõ usurpat:at ista pædotribica,nescio quõ præ nimia sensus hebetudine ueluti seruus attonitus in optimũ herum gymnasticã scilicet insurgit. Queadmodũ siquis armatus miles, aut eques,aut sagittarius,aut funditor,aut iaculator imperatori aciẽ struẽti,armanti, & in pręliũ educẽti,rursumq́ receptui canẽti pertinax aduerseť:insaniret eñ & iste,si imperatorẽ ad priuatas actiones prouocãs atq́ lacessens,in ijsq́ præstantior inuentus,aut cõmunicari sibi imperiũ dignum putaret,aut suã ipsius artem imperatoriæ partẽ existimaret: nihilo secius arbitror & pædotriba insaniat, aut gymnasticã scire se, aut eius partem possidere persuasus, cum seruus tantũ subiectusq́ sit. ut eñ miles artis imperatoriæ, sic pædotriba gymnasticæ minister est.ipse nãq́ quatenus exercet, exercitatoriæ, quatenus uero luctãdi artẽ exercet, alterius cuiusdam

professionis minister est, quã ego prostratoriã recenti uocabulo appello. nõ solũ aũt eos ita appellat, qui athletas exercent, sed etiã gymnastas: nihilominus secundũ rei ueritatẽ aliud est ars pædotribica, quẽadmodũ sagittaria: ꝓstratoria uero, qualis est imperatoria: at gymnastica, qualis est medicina: duabusq; artibus prępositis tales singulę deseruiũt. ita eñ & alutaria, ut militi optimũ calceũ paret, ab arte imperatoria docet: ut ad sanitatẽ uero idoneum struat, ab arte corporis gubernatrice admonet. necnõ & culinaria salutare obsoniũ medico sanitatisq; tutori cõcinnat: gustatui uero iucundũ ac uoluptariũ, nõ amplius id arti cuipiã, sed adulatiõi potius cuidã finẽ sibi nõ sanitatẽ, sed uoluptatẽ ꝓponẽti. igit & luctatoria id, q̃d ad sanitatẽ bonũ est, sanitatis tutoribus et gymnastis uocatis adipiscit: q̃d aũt ad affectionẽ athleticã ꝑtinet, illi uitiosę arti sepius à me repetitæ, seipsam quidẽ gymnasticã appellãti, rectius aũt ꝓstratoriæ nuncupatæ, nanciscit. Lacones utiq; & ipsam cabbalicen, id est uim sternẽdi habentẽ, nominant: eumq; qui in hac nutritus sit, seipsis magis cabbalicum, id est prostratorem esse dicunt, non fortiorem.

XXX Verũ enimuero oĩs bene instituta resp. hoc genus artis odit, ac detestat, quæ omne uitæ robur uimq; prosternat, haud in bonã affectionẽ corpora traducẽs. Ego itaq; plerũq; multis athletis, qui prestãtissimi esse uidebant, quiq; multas in certaminibus coronas meriti sunt, meipsum ualentiorẽ esse expertus sum: quãdoquidẽ in omnibus itineribus faciẽdis, in militaribus actionibus, magis præterea in ciuilibus, atq; rusticis negocijs inutiles prorsus reperiebant. siquãdo uero et amico ægrotãti assistere usu ueniret, in cõsulendo, prouidẽdo, auxiliando omniũ erãt ignauissimi: atq; hac ratione à suibus quidẽ minime ingenio differunt. nihilominus tñ inter hos infelicissimi nullaq; unq; uictoria insignes repẽte se ipsos gymnastas nominant. deinde (ut arbitror) incõcinna barbaraq; uoce nõ minus, q̃ sues uociferant. nõnulli aũt ipsorũ & de frictiõe, aut de bono habitu, aut de sanitate, aut de exercitationibus uolumina scribere aggrediunt: deinde illis detrahere cõtradicereq; audẽt, quæ nullo unq; tẽpore didicerũt, ut quidã proxime in Hippocratẽ inuectus tanq; non recte de frictione tractantẽ. uerũ nõnulli qui aderãt, medici & philosophi ad me ueniẽtes, ut totã ipsis huiusce rei rationẽ explicarẽ, à me petiuerunt: q̃d cũ fecissem, omniũ primus Hippocrates hunc locũ optime tractasse uisus est. tunc gymnasta ille sponte nullo docente eruditus in mediũ repente prodiẽs pueruq; exuens nos eum iussit fricare atq; exercere, aut de frictione exercitationibusq; tacere. deinde clamans dixit: quando enim unq; Hippocrates in arenã, quando in palæstrã descẽdit, qui neq; forsan rite oleũ infundere sciebat? ad hũc sanè modũ iste uociferabat, & alioqui neq; tacens audire, nec quæ dicebantur, intelligere poterat. at nos præsentibus quiete modesteq; disserebamus improbum illũ hominẽ perinde facere, ut coquus ac panifex de ptisana ac pane disputare audentes, deinde clamitantes, quãdo Hippocrates in culina aut pistrino uersatus est? paret igit mihi placentã, aut panẽ aut iusculum cõdiat, aut aliquod ferculũ in patina præparet, atq; ita deinde de ipsis sermonẽ faciat.

XXXI Ceterũ fortasse dixeris, cur Hippocratem omnẽq; ab ipso manantẽ sectã medicos nominamus, si nõ uniuersæ arti corporis gubernatrici, sed soli eius parti, quę laborãtibus opitulat, id nomen indidimus? uidet eñ Hipp. totã artẽ cõplexus esse: ut neq; eã partẽ, quæ de exercitationib. est, neglexerit. Hanc huiusce rei fuisse causam suspicor, q̃m cũ prima totius artis pars curatiua, q & maxime urgeret, cõstituta sit: deinde per multũ ociũ cõseruatiua tutelarisq; sanitatis uocata ei adiecta fuerit, totã artẽ à præcipua magis parte denominari cõtigit, quemadmodũ & in alijs plerisq; fieri assolet. quando quidẽ et geometras appellamus nõ circa planas solũ figuras, uerumetiã circa solida uersantes, nullusq; his tẽporibus inuenit, qui ut geometra, sic & stereometra nominet: sed nomen defecit. uelut etiã sanitatis tutorũ, nõ corporũ, nõ ciborũ dico sanitatis tutorũ, sed uirorũ ista scientiũ ab Erasistrato medicis ex aduerso distinctorũ. pariter & trierarchas ueteres Græci triremiũ principes nuncupabãt: nunc uero omnes utcunq; naualis exercitus duces, etsi triremes non sint, eo nomine appellant. huiusce rei quoddã simile circa medicinã atq; medicos euenit: à prima eñ constituta parte ut & ipsa tota corporis gubernatrix ars medicina, ipse artis professor, medicus nominaretur, tẽpore procedẽte effectũ est. quã ob rem neq; ab re nunc quispiã interrogatus cuiusnã artis pars sit illa facultas, quæ tuendæ sanitatis notitiam tradit, medicinæ respondere poterit: latius nanq; fuso & amplificato uocabulo neq; adhuc partẽ, sed integrã humani corporis artẽ significante, Hippocrates, & oẽs, qui hac tẽpestate florẽt, iure medici nomẽ inuenerũt, artisq; ipsius duas maximas partes cognouerũt, curatricẽ scilicet atq; sanitatis tutelarem: itẽq; tutelaris sanitatis partẽ esse gymnasticã sciũt, quemadmodũ nobis supra dissertũ est. Itaq; sicut Hippocrates, Diocles, Praxagoras, Philotimus, atq; Herophilus totã corporis præsidẽ artẽ, ut ipsorũ testant uolumina, callebãt: ita sane Theõ atq; Trypho uitiosam illã athletarũ artẽ tractãtes, quemadmodũ itẽ & ipsorũ libri declarãt, præparationẽ quoddam exercitiũ nominãt: rursum aliud partitionẽ, aliud uero perfectũ, item aliud apotherapiã: quærũtq; num secundũ talẽ circuitũ exercere athletã oporteat, an nõ oporteat, ambigunt. Quõ ergo artẽ sanitatis tutelarẽ huius istorũ artis partẽ esse intelligã? q̃n eñ neq; ueræ gymnasticæ pars, sed cõtra artis tutelaris sanitatis pars sit gymnastica ipsa, quid opus est de flagitiosa istorũ arte dubitare? quę cũ neq; artis corpus curãtis ullo modo pars esse possit, cuidã ꝑterea exercitationi præsidet, quę nõ solũ à Platone atq; Hipp. uerũetiã ab alijs omnibus medicis atq; philosophis cõtemnit.

SECVNDI TOMI FINIS.

BASILEAE, APVD HIER. FROBENIVM, ET NIC. EPISCOPIVM. M. D. XLIX.


FRO BEN.